СБОРНИК РЕЦЕПТУР

БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ

ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ



·ЭКОНОМИКА·

МИНИСТЕРСТВО ТОРГОВЛИ СССР

СБОРНИК РЕЦЕПТУР

БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ

ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

МОСКВА ЭКОНОМИКА 1982

ББК 36.99
С23

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания разработан НИИОПом совместно с Управлением общественного питания Минторга СССР, специалистами и практическими работниками отрасли.

Коллектив разработчиков

А.С. Ратушный, Л.А. Старостина, Н.С. Алекаев, Л.В. Антошина, Э.А. Балаян, Н.Г. Баннова, М.И. Беляев, М.Н. Вечтомова, Э.В. Горшкова, Т.В. Жубрева, Т.И. Захарова, Е.В. Каменецкая, С.А. Куковинец, З.З. Леванова, Б.У. Мавлютов, Е.В. Мисюлина, Л.М. Робенков, В.Ф. Усенко, Г.С. Кузьмина, В.Р. Шмакова, Т.И. Николаева, И.С. Гаврилко, А.В. Никашова, А.А. Бутузов, А.Я. Манейлис, А.А. Спарыхина, Н.С. Хаустов, И.И. Щедрин, М.Г. Корниенко, В.И. Трофимова, С.И. Протопопов, В.В. Зайцев, А.М. Данилов, Р.В. Добросовестная, Я.И. Магидов, С.Ф. Елманов, А.И. Здобнов, Г.Н. Ловачева, Н.Н. Лучкина, Л.И. Николаева, Н.Р. Успенская, С.В. Киселевич, В.Д. Андросова.

Общее руководство разработкой Сборника осуществлено А.Н. Ершовым, З.Н. Сосниной, Э.А. Мезеновой, А.А. Тарасовой.

С $\frac{32102-084}{011(01)-82}$ заказ. 3504000000

Министерство торговли СССР
(Минторг СССР)

Приказ

12 декабря 1980 г.
№ 310
г. Москва

О ВВЕДЕНИИ СБОРНИКА РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.

Установить, что Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий наряду с действующими в отрасли «торговля» стандартами, технологическими инструкциями является основным технологическим нормативным документом, содержащим единые требования к сырью, готовой продукции, определяющим расход сырья при приготовлении блюд и изделий в предприятиях общественного питания.

2. Министерствам торговли союзных республик, главурсам (урсам) министерств и ведомств СССР:

обеспечить все организации и предприятия общественного питания Сборником рецептур блюд и кулинарных изделий, а также технологическими картами на блюда и изделия, подлежащие приготовлению, и вводить Сборник, имея в виду, что он предназначен для предприятий общественного питания различных наценочных категорий:

для предприятий высших наценочных категорий (ресторанов, кафе, баров категорий «люкс», «высшая», «первая») – первый вариант рецептур (первая колонка);

для предприятий II наценочной категории (ресторанов, кафе, закусочных, столовых) – второй вариант рецептур (вторая колонка);

для предприятий общественного питания при производственных предприятиях, в учреждениях, учебных заведениях – третий вариант рецептур (третья колонка);

разработать и осуществить мероприятия по глубокому изучению на предприятиях и в организациях общественного питания Сборника и действующих норм отходов и потерь при холодной и тепловой обработках продуктов, рациональному использованию сырья, а также контролю за их применением.

3. В целях наиболее полного удовлетворения запросов трудящихся министерствам торговли союзных республик, главурсам (урсам) министерств и ведомств СССР и союзных республик разрешать министерствам торговли автономных республик, управлениям торговли и управлениям общественного питания обл(край)исполкомов, трестам столовых, орсам:

реализацию блюд и изделий в столовых III наценочной категории по более высшей колонке по согласованию с профсоюзными организациями производственных предприятий, учреждений и учебных заведений;

применение рецептур раздела «Национальные блюда союзных республик» Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, издания 1955 года, после пересчета их на действующие нормы отходов и потерь сырья в предприятиях общественного питания.

4. С момента введения Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий, утвержденного настоящим приказом, в предприятиях общественного питания считать утратившим силу Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, утвержденный приказом Министерства торговли СССР от 16 декабря 1954 г. № 1233, издания 1955 года, кроме раздела «Национальные блюда союзных республик».

Министр *А. И. Струев*

ВВЕДЕНИЕ

Настоящий Сборник подготовлен взамен Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1955 г. издания. В Сборнике учтены основные особенности питания различных контингентов населения, в том числе нашедшие отражение в Сборнике рецептур блюд для предприятий общественного питания на производственных предприятиях и в учебных заведениях (издание 1973 г.).

Рецептуры блюд и кулинарных изделий в Сборнике пересчитаны с учетом действующих норм и уточнены на основе проведенных производственных проработок.

С целью оказания помощи поварам в улучшении качества выпускаемой продукции уточнена технология приготовления блюд с учетом использования серийно выпускаемого современного отечественного оборудования. Для ряда мучных блюд и изделий приведены основные физико-химические показатели.

В связи с осуществляемой централизацией производства продукции в общественном питании изменено построение ряда рецептур. Так, с учетом унификации рецептур основных соусов, бульонов, теста, фарша в рецептуры производных соусов, супов, мучных изделий включены вместо сырьевого набора готовые компоненты (соус, бульон, тесто, фарш).

Рецептуры салатов, винегретов, супов, гарниров, соусов, сладких блюд, большинства напитков, не требующих индивидуального приготовления и оформления, приведены в Сборнике в расчете на 1 кг или 1 л, что позволяет определить выход порции блюда с учетом спроса потребителей и конкретных условий работы предприятия. В соответствующих разделах Сборника рекомендованы наиболее рациональные нормы отпуска этих блюд.

Исходя из принципов рационального питания рекомендовано более широкое использование свежих овощей, плодов и ягод.

В рецептурах супов, соусов, сладких блюд (компоты, кисели и др.), напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выкипание.

Таблица «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд» уточнена и дополнена нормами взаимозаменяемости продуктов, действующими в пищевой промышленности.

Наименование сырья и продуктов, включенных в Сборник, а также способы их промышленной обработки приведены в соответствие с действующей нормативно-технической документацией на сырье и продукты и прейскурантами розничных цен.

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых блюд произведен на основе действующих норм и введенных в действие приказами Министерства торговли СССР: от 04.01.73 № 1 «О введении Сборника рецептур блюд для предприятий общественного питания на производственных предприятиях и в учебных заведениях»; от 22.03.76 № 48 «Об утверждении дополнений и изменений к действующим нормам отходов и потерь при холодной и тепловой обработках рыбы в предприятиях общественного питания»; от 24.04.78 № 109 «Инструкция по использованию лимонов весовых на предприятиях общественного питания»; от 10.12.80 № 305 «Об утверждении дополнений и изменений к действующим Нормам отходов и потерь при холодной и тепловой обработках сырья и продуктов на предприятиях общественного питания».

В рецептуры мясных блюд включены полуфабрикаты порционные натуральные, панированные, мелкокусковые, рубленые в соответствии с МРТУ 18/90–65 «Полуфабрикаты мясные», ОСТ 49 121 – 78 «Полуфабрикаты мясные рубленые».

В рецептуры блюд из сельскохозяйственной птицы включены полуфабрикаты в соответствии с ОСТ 28.6 – 79 «Полуфабрикаты рубленые из мяса птицы. Котлеты особые»; ОСТ 28.7 – 79 «Полуфабрикаты из мяса уток»; ОСТ 28.8 – 79 «Полуфабрикаты из мяса индеек»; ОСТ 28.9 – 79 «Полуфабрикаты из мяса птицы. Тушки цыплят разделанные» и ОСТ 49 138 – 79 «Полуфабрикаты из мяса кур».

В рецептуры мучных изделий включены пельмени мясные (ОСТ 49 120–78), рыбные (ТУ 15–177–75); вареники промышленного производства в соответствии с действующей технической документацией; полуфабрикаты из муки (тесто) в соответствии с ОСТ 28.5–78 «Полуфабрикаты из муки (тесто)».

Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

говядина – I категории, баранина, козлятина (без ножек) – I категории; свинина – мясная; субпродукты (кроме вымени) – мороженые; вымя – охлажденное; сельскохозяйственная птица (куры, цыплята, бройлеры-цыплята, гуси, утки, индейки) – полупотрошеная II категории; кролик – потрошеный II категории;

рыба – мороженая, крупная или всех размеров, неразделанная, исключение составляют ка-

рась океанический, окунь морской, луфарь и бельдюга океаническая, треска, зубатка пятнистая (пестрая), мерланг, поступающие потрошеными без головы, а также осетр, севрюга, белуга, палтус чернокорый и белокорый, поступающие потрошеными с головой;

для картофеля приняты нормы отходов, действующие по 31 октября, для моркови и свеклы – до 1 января;

предусмотрено использование: томатного пюре с содержанием сухих веществ 12%; яиц куриных II категории – средней массой 46 г в скорлупе или 40 г без скорлупы (нормы отходов на скорлупу и потери составляют 12,5%); при использовании яиц другой категории и массы следует руководствоваться методикой расчета, приведенной во введении к разделу «Блюда из яиц».

В рецептурах предусмотрена закладка маргарина столового различных видов в соответствии с ГОСТ 240–72 (столовый молочный, сливочный, столовый «Эра», столовый «Новый», бутербродные и др.). Для жаренья во фритюре рекомендованы специальные жировые смеси, которые выдерживают длительное нагревание до высоких температур без существенного изменения своего качества.

Норма вложения сыра в рецептурах приведена на сыр голландский.

В рецептуры блюд включены основные виды сырья и продуктов, ассортимент которых может быть расширен в соответствии с таблицами, приведенными в приложении.

В рецептурах указаны: наименование продуктов, входящих в блюдо, нормы вложения продуктов массой брутто, нормы вложения продуктов массой нетто, выход (масса) отдельных готовых компонентов и блюда в целом.

Нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении, порционировании. В нормы отходов и потерь при холодной обработке мяса включены потери при зачистке блестящих сухожилий с толстого и тонкого краев, нарезке крупнокусковых полуфабрикатов на порционные или мелкие куски и их хранении. В нормах отходов и потерь при обработке сельскохозяйственной птицы и кролика предусмотрены потери при нарубании сырой птицы на порционные и мелкие куски для тушения, а также при порционировании птицы и кролика после тепловой обработки (варки, жаренья).

Сборник включает 16 разделов, в которых приведены рецептуры и технология приготовления блюд, приложения – нормативные материалы, позволяющие определить расход сырья, выход полуфабрикатов и готовых блюд, размеры потерь при тепловой обработке блюд и кулинарных изделий; приведены также таблицы продолжительности тепловой обработки некоторых продуктов и их взаимозаменяемости. В соответствующие разделы включены некоторые рецептуры национальных блюд, разработанные и утвержденные в установленном порядке министерствами торговли союзных республик.

Большинство рецептур блюд дано по трем колонкам (вариантам), различающимся по нормам вложения сырья и выходу готовых блюд и кулинарных изделий.

Первый вариант (колонка) рецептур предусмотрен для предприятий высших наценочных категорий (ресторанов, кафе, баров, закусочных категорий «люкс», «высшая» и «первая»); второй – для предприятий II наценочной категории (ресторанов, кафе, баров, закусочных, столовых); третий – для предприятий общественного питания всех типов при производственных предприятиях, учреждениях и учебных заведениях.

В рецептурах первого варианта (колонки) по сравнению с рецептурами второго и третьего вариантов предусматриваются более широкий ассортимент сырья, повышенные нормы вложения компонентов, а также более сложное оформление блюд.

Кроме указаний, данных в приказе о введении Сборника, при пользовании им необходимо руководствоваться следующими положениями:

1. Обязательным условием для качественного приготовления полуфабрикатов, блюд и кулинарных изделий на предприятиях общественного питания является использование сырья, отвечающего требованиям государственных и отраслевых стандартов, технических условий и другой действующей нормативно-технической документации.

При использовании стандартного сырья других кондиций или способов промышленной обработки, отличающихся от предусмотренных в рецептурах, норма вложения сырья должна определяться в соответствии с таблицами, приведенными в приложении.

2. На новые виды сырья, пищевые продукты, выпускаемые промышленностью, а также сырье, на которое изменена действующая при утверждении Сборника нормативно-техническая документация, временные нормы отходов и потерь при холодной и тепловой обработках, нормы вложения сырья в блюда устанавливаются на предприятиях общественного питания путем контрольных проработок каждой поступившей партии сырья (продуктов) с участием представителей вышестоящей организации (треста столовых, торга, орса и др.). Контрольные проработки оформляются соответствующими актами. В отдельных случаях такие контрольные проработки могут быть проведены непосредственно вышестоящими организациями (трестом столовых, торгом, орсом и др.), оформлены в установленном порядке и направлены предприятиям общественного питания для руководства при использовании только данной партии сырья (продуктов).

3. При необходимости в рецептурах блюд или изделий может быть проведена замена тех или иных компонентов блюда, которые приведены в таблице «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд» или в описании технологии приготовления блюд.

4. В отдельных случаях технологией приготовления некоторых блюд допускается возмож-

ность увеличения или уменьшения закладки какого-либо компонента с соответствующим изменением выхода блюда.

5. В исключительных случаях при отсутствии какого-либо сырья, не являющегося основным в рецептуре, оно может быть заменено другими соответствующими видами сырья только с разрешения вышестоящей организации.

6. С целью удовлетворения возрастающего спроса потребителей квалифицированные повара могут разрабатывать новые рецептуры блюд и изделий, в том числе банкетных, существенно отличающиеся от имеющихся в Сборнике рецептур блюд и кулинарных изделий, обладающие новизной технологии приготовления, высокими вкусовыми качествами, оригинальностью оформления, удачным вкусовым сочетанием продуктов. На вновь разработанные блюда и кулинарные изделия составляются технологические карты, в которых указываются: норма закладки сырья, выход полуфабрикатов и готовых изделий, установленные в строгом соответствии с действующими нормами отходов и потерь при холодной и тепловой обработках сырья с учетом рациональной закладки основных продуктов.

Новые рецептуры рассматриваются кулинарными советами и утверждаются в установленном порядке. Инстанция утверждения определяется министерствами торговли союзных республик.

7. Руководителям организаций и предприятий общественного питания предоставляется право пользования иным вариантом рецептур (колонкой) по согласованию с местными Советами народных депутатов и профсоюзными организациями. Производство и реализацию блюд и изделий в столовых третьей наценочной категории по более высшей колонке осуществляют по согласованию с профсоюзными организациями производственных предприятий, учреждений и учебных заведений, а при необходимости с местными Советами народных депутатов. Однако приготовление на одном предприятии одновременно блюд одного и того же наименования по двум вариантам не разрешается. Не допускается замена компонентов одного варианта рецептуры аналогичными продуктами другого варианта.

8. При приготовлении, хранении, отпуске и оценке качества полуфабрикатов, готовых блюд и кулинарных изделий следует руководствоваться Санитарными правилами для предприятий общественного питания, утвержденными Минздравом СССР, Министерством торговли СССР и Центросоюзом, санитарными правилами «Условия, сроки хранения и реализации особо скоропортящихся продуктов», утвержденными Минздравом СССР.

9. В зависимости от спроса и формы обслуживания отдельные блюда могут реализоваться меньшими порциями. При этом выбор ассортимента блюд, а также сохранение или уменьшение закладки компонентов в рецептуре осуществляется на местах кулинарными советами на основе проведенных проработок и утверждается вышестоящей организацией.

10. В рецептурах мясных блюд, как и прежде, предусмотрено использование частей туш говядины, баранины, свинины с учетом их кулинарных свойств и пригодности для указанного вида тепловой обработки. Однако в связи с увеличением поставки на предприятия общественного питания крупнокусковых мясных полуфабрикатов следует руководствоваться сложившимся порядком их использования, чтобы не вызвать повышения стоимости блюд и изделий.

11. Учитывая, что в рецептуры мясных блюд и блюд из сельскохозяйственной птицы на основании действующей нормативно-технической документации включены полуфабрикаты, при определении расхода сырья массой брутто для приготовления этих полуфабрикатов непосредственно на предприятии для реализации через магазины и отделы кулинарии следует руководствоваться данными табл. 16.

12. В Сборнике приводятся рекомендации по отпуску и оформлению блюд, которые могут быть изменены с учетом сложившихся условий работы предприятия.

13. На изделия, отмеченные в Сборнике звездочкой, даны промышленные рецептуры, и какое-либо изменение их недопустимо.

14. При отпуске кулинарных, мучных изделий, готовых блюд, а также штучных полуфабрикатов допускаются отклонения от указанных в Сборнике норм в пределах $\pm$ 3%, если действующей на них технической документацией (ГОСТ, ОСТ, ТУ и др.) не определены другие предельные размеры отклонений массы.

Помимо изложенных основных указаний, приведенных во введении, следует учитывать и дополнительные, помещенные в каждом разделе Сборника.

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

В этот раздел включены бутерброды, салаты, винегреты и другие блюда и кулинарные изделия, которые принято употреблять в холодном виде.

Для их приготовления широко используются свежие, квашеные, соленые и маринованные овощи, плоды и ягоды, яйца, мясо, рыба и всевозможные гастрономические товары – масло, сыр, рыбные и колбасные изделия, свинокопчености и др.

В качестве заправок к холодным блюдам применяют сметану, растительное масло, майонез, маринады, заправки из растительного масла с уксусом, горчицей и специями.

Сведения о кулинарной обработке продуктов приведены во введениях к каждой группе блюд.

Приведенные в рецептурах нормы расхода овощей, плодов и зелени на салаты, винегреты и гарниры к холодным блюдам могут быть увеличены или уменьшены (в пределах 10–15%), а также заменены другими аналогичными продуктами при условии сохранения выхода блюда.

Гарниры к холодным блюдам предусмотрены в основном в количестве 50–75 г, но норма их может быть увеличена до 100 г, при этом соответственно изменяется выход блюда.

Соусы, рекомендованные к блюдам, в отдельных случаях могут быть заменены другими, подходящими по вкусу. Предполагается использование майонеза, главным образом промышленного производства.

Блюда могут отпускаться без гарнира и соуса, если это допускается по технологии.

В рецептурах холодных блюд предусмотрена следующая промышленная разделка рыбных гастрономических товаров:

сельдь – соленая, пряная, маринованная неразделанная средняя;

семга – соленая потрошеная мелкая;

лосось – соленый потрошеный (семужной резки);

рыба холодного копчения – горбуша потрошеная; скумбрия дальневосточная потрошеная обезглавленная;

рыба горячего копчения – севрюга, осетр потрошеные обезглавленные; морской окунь, треска крупные потрошеные обезглавленные; сом (кроме океанического) потрошеный обезглавленный.

В рецептурах предусмотрена норма закладки кильки и другой мелкой рыбы баночной, грибов соленых и маринованных, поступающих в бочковой таре, огурцов и помидоров – грунтовых.

Кроме предусмотренных в рецептурах сыров, колбас, рыб холодного и горячего копчения и т.д., могут быть использованы и другие, не перечисленные виды гастрономических продуктов (табл. 33).

Для некоторых продуктов, применяемых для приготовления бутербродов и других холодных блюд, установлены размеры производственных потерь (при порционировании), которые составляют по икре кетовой, паюсной, зернистой – 2%, джему, повидлу – 1%.

Расход соли, специй, а также салата, петрушки, зеленого лука, укропа для оформления блюд в рецептурах не указан. Норма расхода на одно блюдо установлена следующая: соли – 2–3 г, перца молотого – 0,02 г, перца горошком – 0,05 г, лаврового листа – 0,01 г, салата или зеленого лука – 5–10 г, перца сладкого – 5–10 г, зелени укропа или петрушки – 2–3 г нетто. Эти продукты включаются при калькулировании по мере надобности.

БУТЕРБРОДЫ

В эту группу изделий включены открытые и закрытые бутерброды.

Гастрономические и другие продукты для бутербродов подготавливают следующим образом: с колбас удаляют шпагат и концы оболочек. Без оболочки колбаса портится быстрее, и поэтому оболочку удаляют только с предназначенной для нарезания части батона[1]. Колбасы, у ко-

[1] Это относится и к другим гастрономическим продуктам (окороку, сыру, к соленой рыбе и др.), имеющим на поверхности шкуру, кожу и т.д.

торых оболочка снимается с трудом, опускают на 1–2 мин в горячую воду, разрезают оболочку вдоль и удаляют ее. У окорока удаляют шкуру и кости, мякоть разделывают на куски по соединительным прослойкам. Корейку и грудинку зачищают от шкуры и костей. Отварные и жареные мясопродукты охлаждают. Сыр разрезают на крупные куски прямоугольной или треугольной формы, очищают от корки.

Очищенную колбасу нарезают: толстые батоны – поперек по одному или половине куска, а тонкие батоны – наискось по 2–3 куска на бутерброд. Подготовленные куски окорока, корейки, грудинки, а также отварные и жареные мясопродукты нарезают поперек волокон широкими тонкими кусками толщиной 3–4 мм, равномерно распределяя жировую прослойку. Сыр нарезают ломтиками толщиной 2–3 мм.

Соленую рыбу (семгу, кету и др.) пластуют вдоль позвоночника. С части, предназначенной для нарезки, удаляют позвоночник и реберные кости. Нарезают рыбу без кожи, начиная с хвоста, по 1–2 кусочка на бутерброд.

Балыки перед нарезкой зачищают от кожи, костей или хрящей.

Звенья вареной осетровой рыбы зачищают от хрящей, охлаждают и нарезают кусками без кожи толщиной 3–4 мм.

Сельдь разделывают на филе (мякоть). Для этого у предварительно обезглавленной тушки отрезают край брюшка и удаляют внутренности, затем снимают кожу, предварительно надрезав ее вдоль спинки, и отделяют мякоть от позвоночника и реберных костей. Если сельдь очень соленая, то ее предварительно вымачивают в холодной воде (10–12 ч).

Кильку, хамсу и другую мелкую рыбу пряного посола очищают от специй, удаляют голову, внутренности, хвостовой плавник и позвоночник.

Масло сливочное зачищают и нарезают на кусочки различной геометрической формы с гофрированной или гладкой поверхностью.

Для открытых бутербродов используют хлеб из пшеничной или ржаной муки, а также из смеси той и другой.

На ржаном хлебе рекомендуется готовить бутерброды с жирными продуктами (шпик, корейка и др.), а также с продуктами резко выраженного вкуса и запаха (сельдь, килька и др.).

Указанную в рецептурах норму хлеба 30 г можно уменьшить до 20 г или увеличить до 40 г на порцию, соответственно изменив выход бутербродов.

Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1–1,5 см. На него укладывают тонкие кусочки основного продукта (мяса, колбасы, сыра и др.), стараясь покрыть ими всю поверхность ломтика хлеба.

Зернистую икру кладут на хлеб горкой, паюсную нарезают кусочками квадратной, прямоугольной и другой формы.

Открытые бутерброды с джемом, повидлом, сыром, паштетом, рыбными консервами, икрой осетровых и лососевых рыб готовят со сливочным маслом.

Отпускать их можно и без масла. В этом случае выход бутербродов соответственно уменьшается.

Со сливочным маслом можно отпускать бутерброды с вареной колбасой и солеными рыбными продуктами, увеличивая соответственно выход бутербродов.

При изготовлении бутербродов с сыром и другими продуктами масло намазывают на хлеб ровным слоем; бутерброд с икрой, кильками, сельдью, джемом, повидлом можно оформить маслом, расположив его сбоку от основного продукта.

Бутерброды с жареными и другими мясными продуктами можно приготовить с салатом из сырых овощей, который укладывают на середину кусочка мяса. Норма салата 10–20 г.

Открытые бутерброды можно украшать салатом, шпинатом, веточками петрушки, укропа, ломтиками помидора, свежего или соленого огурца, редиса, кусочками свежего или маринованного сладкого перца и др. При этом соответственно увеличивают выход.

Закрытые бутерброды отличаются от открытых тем, что их приготавливают с двумя ломтиками хлеба, на один из которых кладут какой-либо продукт и накрывают его другим.

Для закрытых бутербродов используют преимущественно мелкоштучный пшеничный хлеб (городские, школьные и другие булочки). Допускается использование батонов, а также формового пшеничного и ржаного хлеба.

Указанную в рецептурах норму хлеба 50 г можно увеличить до 100 г на порцию, соответственно увеличив выход бутерброда.

Мелкоштучный хлеб разрезают вдоль на две половины так, чтобы они не распались.

Формовой хлеб и батоны нарезают по два ломтика на бутерброд. Каждую половину булочки или ломтика хлеба намазывают маслом, если оно предусмотрено рецептурой, и вкладывают подготовленный продукт.

Продукты, предназначенные для бутербродов, нарезают не ранее чем за 30–40 мин до отпуска и хранят на холоде.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

1. Бутерброды с маслом

Масло сливочное, или шоколадное, или фруктовое, или медовое, или килечное № 879, или селедочное № 879, или сырное № 880, или зеленое № 879	20	20	15	15	10	10
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	50	—	45	—	40

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

2. Бутерброды с джемом или повидлом

Джем или повидло	35,4	35	30,3	30	20,2	20
Масло сливочное	5	5	5	5	5	5
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	70	—	65	—	55

Хлеб намазывают маслом, а затем повидлом или джемом.

3. Бутерброды с сыром

Сыр советский, или российский, или волжский, или угличский	27	25	21	20	16	15
или голландский, или швейцарский, или чеддер	27	25	22	20	16,5	15
или латвийский	28	25	23	20	17	15
или московский, или ярославский	27	25	21,5	20	16	15
или степной, или костромской	26	25	21	20	15,5	15
Масло сливочное	10	10	5	5	5	5
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	65	—	55	—	50

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

4. Бутерброды с отварными мясными продуктами

Говядина	88	65	65	48	43	32
или свинина	79	67	59	50	39	33
или баранина	88	63	66	47	43	31
или телятина	95	63	71	47	47	31
или язык говяжий	67	67	51	51	34	34
или язык бараний	76	76	57	57	38	38
или язык свиной	68	68	51	51	34	34
Масса отварных мясопродуктов	—	40	—	30	—	20
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	70	—	60	—	50

На ломтик хлеба укладывают отварные мясные продукты, нарезанные тонкими кусочками.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

5. Бутерброды с жареными мясными продуктами

Говядина	84	62	63	46	42	31
или свинина	69	59	52	44	34	29
или баранина	88	63	67	48	45	32
или телятина	95	63	73	48	48	32
или печень говяжья	71	59	53	44	35	29
или печень свиная, или баранья	67	59	50	44	33	29
Жир животный топленый пищевой	1,6	1,6	1,2	1,2	0,8	0,8
Масса жареных мясопродуктов	—	40	—	30	—	20
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	70	—	60	—	50

На ломтик хлеба укладывают жареные мясные продукты, нарезанные тонкими кусочками.

6. Бутерброды с паштетом

Паштет из печени № 165	—	40	—	30	—	20
Масло сливочное	10	10	5	5	5	5
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	80	—	65	—	55

Паштет нарезают прямоугольными кусочками и укладывают на смазанный маслом хлеб или оформляют маслом.

7. Бутерброды с мясными кулинарными изделиями

Котлеты, или биточки, или шницели рубленые № 658	—	—	—	—	—	50
Хлеб	—	—	—	—	30	30
Выход	—	—	—	—	—	80

На ломтик хлеба кладут готовые котлету, или биточек, или шницель.

8. Бутерброды с мясными гастрономическими продуктами

Колбаса вареная (любительская, столичная, отдельная, чайная и др.)	41	40	31	30	21	20
или колбаса полукопченая, или варено-копченая (полтавская, краковская, киевская, украинская, свиная и др.)	31	30	26	25	21	20
или колбаса сырокопченая (свиная, советская, московская, любительская и др.)	31	30	26	25	20	20
или окорок сырокопченый (со шкурой и костями): советский, сибирский, используемый в сыром виде	48	40	36	30	24	20
или окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями): тамбовский, воронежский	53	40	39	30	26	20

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или рулет копчено-вареный (со шкурой и костями): ленинградский, ростовский	45	40	34	30	23	20
или карбонат, или буженина	41	40	30	30	20	20
или ветчина в форме	41	40	31	30	20	20
или корейка копченая, используемая в сыром виде (без шкуры и костей)	50	40	38	30	25	20
или корейка копченая, используемая в вареном виде (без шкуры и костей)	53	40	39	30	26	20
или грудинка копченая, используемая в сыром виде (без шкуры и костей)	51	40	38	30	26	20
или грудинка копченая, используемая в вареном виде (без шкуры и костей)	54	40	40	30	27	20
или шпик	42	40	31	30	21	20
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход: с колбасой вареной, с окороком, с рулетом, с карбонатом, с бужениной, с ветчиной в форме, с корейкой, с грудинкой, со шпиком	—	70	—	60	—	50
с колбасой полукопченой, или вареноконченой, или сырокопченой	—	60	—	55	—	50

На ломтик хлеба укладывают мясные гастрономические продукты, нарезанные тонкими кусочками.

Бутерброды с вареной колбасой можно отпускать с маслом (10 г, 5 г, 5 г по I, II и III колонкам), соответственно увеличив выход.

9. Бутерброды с отварной рыбой

Осетр	68	41	57	34	47	28
или севрюга	64	41	53	34	44	28
или белуга	67	41	56	34	46	28
Масса отварной рыбы	—	30[1]	—	25[1]	—	20[1]
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	60	—	55	—	50

[1] Масса отварной рыбы без кожи и хрящей.

На ломтик хлеба кладут кусочек отварной рыбы.

10. Бутерброды с рыбными гастрономическими продуктами

Севрюга горячего копчения	42	30	35	25	28	20
или осетр горячего копчения	40	30	33	25	27	20
или кета, или чавыча соленые	46	30	38	25	31	20
или горбуша соленая	43	30	36	25	29	20
или лосось каспийский, или балтийский, или озерный соленые	46	30	38	25	31	20
или семга соленая	42	30	35	25	28	20

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или спинка осетровая, или спинка севрюжья холодного копчения	39	30	32	25	26	20
или теша осетровая холодного копчения	37	30	31	25	25	20
или теша белужья холодного копчения	37	30	30	25	24	20
или боковник белужий холодного копчения	35	30	29	25	23	20
или боковник осетровый холодного копчения	37	30	31	25	25	20
или боковник севрюжий холодного копчения	38	30	32	25	25	20
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	60	—	55	—	50

На ломтик хлеба укладывают рыбные гастрономические продукты, нарезанные тонкими кусочками.

Бутерброды с солеными продуктами можно отпускать с маслом сливочным (10; 5; 5 г по I, II и III колонкам), соответственно увеличив выход.

11. Бутерброды с рыбными консервами

Рыбные консервы в масле (шпроты, сардины и др.)	32	30	26	25	21	20
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	60	—	55	—	50

На ломтик хлеба кладут шпроты, или сардины, или другую рыбу, консервированную в масле.

Бутерброды можно отпускать со сливочным маслом (I и II колонки – 10; 5 г на порцию), соответственно увеличив выход.

12. Бутерброды с икрой зернистой или паюсной

Икра зернистая или паюсная	20,4	20	15,3	15	10,2	10
Масло сливочное	2	2	2	2	2	2
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	52	—	47	—	42

На ломтик хлеба горкой кладут зернистую икру или нарезанную кусочками различной формы паюсную икру, оформляют маслом.

13. Бутерброды с икрой кетовой

Икра кетовая	25,5	25	20,4	20	10,2	10
Масло сливочное	2	2	2	2	2	2
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	57	—	52	—	42

На ломтик хлеба горкой кладут кетовую икру, оформляют маслом.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

14. Бутерброды с сельдью или килькой

Сельдь	63	30	52	25	42	20
или килька	67	30	56	25	44	20
Масло сливочное	10	10	5	5	5	5
Лук зеленый	6	5	6	5	6	5
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	75	—	65	—	60

Сельдь и кильку разделывают на филе. Филе сельди режут наискось по 2–3 кусочка на бутерброд.

Кусочки сельди, филе кильки укладывают по краям хлеба, посередине кладут нашинкованный лук и масло цветочком. Для оформления можно использовать яйцо (10–20 г на порцию).

Бутерброд можно отпускать без лука и масла, соответственно уменьшив выход.

15. Бутерброды с килькой и яйцом

Килька	67	30	56	25	44	20
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	1/4 шт.	10
Майонез или масло сливочное	5	5	5	5	5	5
Хлеб	30	30	30	30	30	30
Выход	—	85	—	70	—	65

На хлеб кладут кружочки вареного яйца, сверху помещают филе кильки, свернутое колечком, середину которого заполняют майонезом или маслом сливочным.

16. Бутерброды с заливной рыбой, или мясом, или языком

	БРУТТО	НЕТТО
Осетр	57	34
или севрюга	53	34
или язык говяжий	42	42
или говядина	54	40
Масса отварных мясных продуктов и рыбы	—	25
Желе № 897	—	35
Морковь вареная (для оформления)	5	4
Петрушка (зелень)	1,4	1
Хлеб	40	40
Выход	—	105

Заливное мясо, язык или рыбу, приготовленные, как указано в рец. № 144, № 161, кладут на хлеб. Размер порции заливных мясных или рыбных продуктов должен соответствовать размерам ломтиков хлеба.

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

17. Бутерброды с паштетом и яйцом

Паштет из печени № 165	—	25	—	25
Масло сливочное	5	5	5	5
Яйцо	1/4 шт.	10	1/8 шт.	5
Хлеб	30	30	30	30
Выход	—	70	—	65

Паштет нарезают кусочками различной формы, укладывают на хлеб и оформляют сливочным маслом. Сбоку кладут кружочки яйца.

18. Ассорти рыбное на хлебе

	БРУТТО	НЕТТО
Икра кетовая, или зернистая, или паюсная	10,2	10
Осетр	23	14
или севрюга	22	14
Масса отварной рыбы	—	10
или семга соленая	14	10
или лосось каспийский, балтийский, озерный соленый, или кета соленая	15	10
Лук зеленый	6	5
Масло сливочное	5	5
Хлеб	30	30
Выход	—	60

Подготовленную рыбу нарезают тонкими кусочками. Хлеб намазывают маслом, укладывают на него рыбу, икру и украшают шинкованным зеленым луком.

19. Ассорти мясное на хлебе

Окорок копчено-вареный[1] и вареный[1]	13	10
Свинина	18	15
или говядина	20	15
Жир животный топленый пищевой	0,4	0,4
Масса жареных мясных продуктов	—	10
или язык говяжий	17	17
Масса отварного языка	—	10
или колбаса сырокопченая	10	10
или колбаса полукопченая	10	10
Масло сливочное	5	5
Хлеб	30	30
Выход	—	55

[1] Норма закладки дана на окорок со шкурой и костями.

На ломтик хлеба укладывают окорок, жареные мясные продукты, или язык, или колбасу, нарезанные тонкими кусочками, оформляют сливочным маслом. Сливочное масло можно заменить на масло с горчицей (рец. № 880).

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

20. Закрытые бутерброды с мясными или мясными гастрономическими продуктами

Говядина	—	—	65	48	43	32
или баранина	—	—	66	47	43	31
или свинина	—	—	59	50	39	33
Масса отварных мясных продуктов	—		—	30	—	20
Говядина			63	46	42	31
или баранина	—	—	67	48	45	32
или свинина	—	—	52	44	34	29
Жир животный топленый пищевой	—	—	1,2	1,2	0,8	0,8
Масса жареных мясных продуктов	—	—	—	30	—	20
или колбаса вареная (любительская, отдельная, ветчинно-рубленая и др.)	—	—	31	30	26	25
или колбаса полукопченая, или варено-копченая (полтавская, краковская, семипалатинская и др.)	—	—	26	25	21	20
или колбаса сырокопченая (советская, деликатесная, польская, московская и др.)	—	—	26	25	20	20
или окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями): тамбовский или воронежский	—	—	39	30	33	25
или рулет вареный (со шкурой без костей): ленинградский, ростовский и др.	—	—	33	30	27	25
или корейка копченая, используемая в сыром виде (без шкуры и костей)	—	—	38	30	25	20
или шпик	—	—	31	30	21	20
Хлеб	—	—	50	50	50	50
Выход: с мясом отварным и жареным, с корейкой копченой, со шпиком	—	—	—	80	—	70
с колбасой вареной, с окороком копчено-вареным и вареным, с рулетом вареным	—	—	—	80	—	75
с колбасой полукопченой, или варено-копченой, или сырокопченой	—	—	—	75	—	70

Бутерброды с вареной колбасой можно отпускать с маслом сливочным (10 г по II и III колонкам), соответственно увеличив выход.

21. Закрытые бутерброды с сыром

Сыр советский, или российский, или угличский	—	—	27	25	21	20
или голландский, или швейцарский, или чеддер	—	—	27	25	22	20
или латвийский	—	—	28	25	23	20
или московский, или ярославский	—	—	27	25	21,5	20
или степной, или костромской	—	—	26	25	21	20
или сыр копченый, или сыр плавленый, или брынза	—	—	26	25	21	20
Масло сливочное	—	—	10	10	10	10
Хлеб	—	—	50	50	50	50
Выход	—	—	—	85	—	80

Бутерброды с сыром можно готовить без масла, соответственно уменьшив выход.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
22. Закрытые бутерброды с мясными кулинарными изделиями						
Котлета или шницель № 658	—	—	—	50	—	50
или бифштекс рубленый № 654	—	—	—	50	—	50
Хлеб	—	—	50	50	50	50
Выход	—	—	—	**100**	—	**100**
23. Закрытые бутерброды с рыбными гастрономическими продуктами						
Кета или чавыча соленые	—	—	46	30	38	25
Масло сливочное	—	—	10	10	10	10
Хлеб	—	—	50	50	50	50
Выход:	—	—	—	90	—	85

БАНКЕТНЫЕ ЗАКУСКИ

В этот раздел включены канапе, корзиночки, волованы.

Канапе – это маленькие фигурные бутерброды, которые красиво оформляют и подают в качестве закуски. Для их приготовления, кроме хлеба или небольших фигурных крутонов, выпеченных из слоеного и других видов теста, используют несколько видов разнообразных рыбных, мясных и других продуктов.

Из рыбных продуктов для приготовления канапе можно использовать зернистую, паюсную и кетовую икру, балычные изделия, рыбу соленую, горячего и холодного копчения, а также разнообразные рыбные консервы.

Из мясных продуктов можно использовать ветчину, различные колбасы, вареные и жареные мясные продукты, а также и другие мясные гастрономические и кулинарные изделия.

Подбираемые для канапе продукты должны сочетаться по внешнему виду, цвету и вкусу. Для оформления применяют сливочное масло, масляные смеси (№ 879–883), майонез, свежие и маринованные огурцы, красный сладкий перец, зелень, вареные яйца, лимон, фрукты и т. д.

Соленые рыбные продукты хорошо сочетаются с яйцом, а ветчина, буженина и некоторые другие мясные продукты – с неострыми сырами (советский, российский, голландский и др.). Сыры можно использовать для канапе и в качестве основного продукта.

Сливочное масло для канапе размягчают и взбивают.

Канапе обычно приготавливают на пшеничном хлебе и только для некоторых их видов (с килькой, бужениной) используют ржаной. С хлеба срезают корки, нарезают его полосами толщиной 0,5 см, шириной 5–6 см или фигурно (выемкой), подсушивают в жарочном шкафу или тостере и охлаждают.

По краям подготовленного хлеба, покрытого сливочным маслом, по всей длине укладывают полоски основного продукта, между которыми из кондитерского мешка, используя различные насадки, выпускают сливочное масло, масляные смеси или майонез. Полосы оформляют дополнительными продуктами и разрезают их на бутерброды различной формы (прямоугольники, ромбы, треугольники).

Готовые канапе охлаждают, давая маслу затвердеть.

Отпускают из расчета 3–5 шт. на порцию.

Корзиночки (тарталетки) № 1114 приготавливают из сдобного или слоеного теста с выходом 12–25 г, а волованы № 1113 из слоеного теста с выходом 10–20 г.

Корзиночки и волованы наполняют различными продуктами, кулинарными изделиями (волованы с икрой, с салатом, с паштетом из печени и т. д.).

Для фуршетного стола может быть уменьшен выход наполненных корзиночек до 25 г, а волованов до 20 г.

Закусочные бутерброды, корзиночки и волованы укладывают на блюдо, подбирая их так, чтобы они красиво сочетались по форме и цвету. Под каждый бутерброд и волован хорошо положить салфетку.

В табл. 1 представлены рецептуры канапе с мясными продуктами и сыром, в табл. 2 – с икрой и рыбными продуктами, в табл. 3 и 4 – рецептуры корзиночек и волованов с различными продуктами и кулинарными изделиями.

Таблица 1

Канапе с мясными гастрономическими изделиями и сыром

Наименование продуктов	Канапе							
	с сыром № 24		с сыром и окороком № 25		с бужениной и окороком № 26		с паштетом № 27	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Хлеб пшеничный	45	30	45	30	45	30	45	30
Масло сливочное	15	15	10	10	5	5	10	10
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями)	—	—	20	15	20	15	—	—
Паштет из печени № 165	—	—	—	—	—	—	—	20
Буженина	—	—	—	—	20	20	—	—
Сыр	27	25	16,5	15	—	—	—	—
Огурцы маринованные	—	—	—	—	18	10	—	—
или свежие	—	—	—	—	13	10	—	—
или перец маринованный	20	10	—	—	20	10	20	10
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	—	—	1/4 шт.	10
Выход	3–5 шт.	80	3–5 шт.	80	3–5 шт.	80	3–5 шт.	80

24. Канапе с сыром. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла, сверху укладывают ломтики сыра так, чтобы они полностью закрывали хлеб. На середину ломтиков сыра при помощи кондитерского мешка наносят рисунок из сливочного масла и оформляют зеленью и перцем.

25. Канапе с сыром и окороком. Длинные полоски сыра и окорока укладывают по краям кусочков намазанного маслом хлеба, между ними располагают мелко нарубленные яйца и зелень. Оформляют маслом.

26. Канапе с бужениной и окороком. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла. Буженину и окорок укладывают полосками по краям хлеба. Середину оформляют огурцом или перцем и измельченной зеленью. Эти канапе можно готовить на ржаном хлебе.

27. Канапе с паштетом. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла. Из корнетика выпускают паштет. Оформляют перцем, рублеными яйцами и зеленью.

28. Канапе с икрой и севрюгой. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла. Ломтики севрюги укладывают так, чтобы они полностью закрывали хлеб. На середину помещают горкой икру, оформляют свежим огурцом и зеленым луком.

29. Канапе с икрой, семгой и осетром. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла, сверху укладывают икру, семгу и осетр. Оформляют маслом и зеленым луком. Полоски хлеба нарезают на прямоугольники, треугольники, ромбы и т. д.

30. Канапе с паюсной икрой. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла. Сверху укладывают икру, кружочки очищенного огурца и рубленые яйца. Шинкованный зеленый лук располагают по краям. Полоски хлеба нарезают на кусочки различной геометрической формы.

31. Канапе с килькой и яйцом. На гренок круглой формы из ржаного хлеба укладывают кружочек яйца, на него кружочек свежего очищенного огурца, а сверху – филе кильки в виде кольца. Середину оформляют шинкованным луком.

Таблица 2

Канапе с икрой и рыбными гастрономическими изделиями

Наименование продуктов	Канапе							
	с икрой и севрюгой № 28		с икрой, семгой и осетром № 29		с паюсной икрой № 30		с килькой и яйцом № 31	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Хлеб пшеничный	45	30	45	30	45	30	—	—
Хлеб ржаной	—	—	—	—	—	—	45	30
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10	10	10
Икра кетовая	10,2	10	—	—	—	—	—	—
Севрюга горячего копчения	21	15	—	—	—	—	—	—
Икра паюсная	—	—	10,2	10	10,2	10	—	—
Семга соленая	—	—	21	15	—	—	—	—
Осетр	—	—	35	21	—	—	—	—
Масса отварного осетра	—	—	—	15	—	—	—	—
Яйца	—	—	—	—	2/5 шт.	15	1/4 шт.	10
Кильки	—	—	—	—	—	—	44	20
Огурцы свежие	19	15	—	—	19	15	13	10
Выход	3–5 шт.	80	3–5 шт.	80	3–5 шт.	80	3–5 шт.	80

Таблица 3

Корзиночки и волованы с различными продуктами и кулинарными изделиями

Наименование продуктов и изделий	Корзиночки с салатом № 32		Корзиночки с паштетом № 33		Корзиночки с языком или ветчиной № 34		Корзиночки с крабами, креветками, кальмарами или морским гребешком № 35		Волованы с салатом № 36	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Корзиночки № 1114	2–4 шт.	50	2–4 шт.	50	2–4 шт.	50	2–4 шт.	50	—	—
или волованы № 1113	—	—	—	—	—	—	—	—	2–4 шт.	40
Салат №№ 97 (с крабами), 98, 100, 101, 102, 110	—	50	—	—	—	—	—	—	—	40
Паштет из печени № 165	—	—	—	35	—	—	—	—	—	—
Язык отварной или окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)[1]	—	—	—	—	—	40	—	—	—	—
Морепродукты под майонезом № 143	—	—	—	—	—	—	—	50	—	—
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	—	—	—	—	—	—
Соус № 887	—	—	—	5	—	10	—	—	—	—
Выход	2–4 шт.	100	2–4 шт.	100	2–4 шт.	100	2–4 шт.	100	2–4 шт.	80

[1] Расход сырья массой брутто см. табл. 18 и 33.

32, 36. Корзиночки или волованы с салатом. Выпеченные корзиночки или волованы напол-

няют готовыми салатами (столичный, с птицей или дичью, мясной, с рыбой горячего копчения или морепродуктами (с крабами), рыбный, яичный), оформляют продуктами, входящими в состав салата, и зеленью.

33. Корзиночки с паштетом. Корзиночки наполняют готовым паштетом из печени, поверхность которого оформляют яйцом, майонезом с корнишонами и зеленью.

34. Корзиночки с языком или ветчиной. Корзиночки наполняют мелко нарезанным вареным языком или ветчиной, заправленными майонезом с корнишонами, оформляют зеленью.

35. Корзиночки с крабами, креветками, кальмарами или морским гребешком. Подготовленные морепродукты укладывают в корзиночки и оформляют зеленью.

Таблица 4

Волованы с различными гастрономическими товарами

Наименование продуктов	Волованы							
	с икрой № 37		с курицей № 38		с окороком № 39		с семгой или кетой № 40	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Волованы № 1113	2–4 шт.	40	2–4 шт.	40	2–4 шт.	40	2–4 шт.	40
Икра зернистая, или паюсная, или кетовая	15,3	15	—	—	—	—	—	—
Курица отварная (мякоть)[1]	—	—	—	30	—	—	—	—
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями)	—	—	—	—	33	25	—	—
Кета соленая	—	—	—	—	—	—	31	20
или семга соленая	—	—	—	—	—	—	28	20
Масло сливочное	5	5	—	—	—	—	10	10
Огурцы свежие	13	10	—	—	—	—	13	10
Яйца	1/4 шт.	10	—	—	—	—	—	—
Майонез	—	—	10	10	—	—	—	—
Майонез с хреном № 889	—	—	—	—	—	15	—	—
Выход	2–4 шт.	80	2–4 шт.	80	2–4 шт.	80	2–4 шт.	80

[1] Расход сырья см. табл. 23.

37. Волованы с икрой. Икру укладывают в волован, оформляют сливочным маслом в виде цветочка, свежим очищенным огурцом, яйцом и зеленым луком.

38. Волованы с курицей. Мякоть отварных кур без кожи нарезают соломкой, заправляют майонезом, укладывают в волован и посыпают зеленью.

39. Волованы с окороком. Готовят, как волованы с курицей, но вместо майонеза используют майонез с хреном.

40. Волованы с семгой или кетой. Мякоть семги или кеты нарезают брусочками, укладывают кольцами в волованы, в середину кладут кусочки свежего очищенного огурца, масло и оформляют зеленым луком.

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ И КОНСЕРВЫ (ПОРЦИЯМИ)

Отдельными порциями подают масло, сыры, колбасу, икру, рыботовары, свинокопчености и другие продукты, а также рыбные, овощные консервы.

Способ обработки и подготовки гастрономических продуктов для отпуска порциями такой же, как и для бутербродов (с. 7).

Подают продукты порциями с гарниром или без него.

Для гарнира используют овощи (огурцы, помидоры, редис и др.) или овощные салаты в количестве 30–100 г. Овощи нарезают ломтиками, половинками или отпускают целыми.

Масло подают на розетке, остальные продукты в порционной посуде, украшая их веточками петрушки, сельдерея, листочками салата.

Норма расхода продуктов (массой нетто, г) на оформление гастрономических продуктов порциями установлена следующая: зелень петрушки, сельдерея, укропа – 1–2 г; салат, шпинат, лук зеленый – 3–5 г; огурцы, помидоры, сладкий перец и др. – 5–10 г.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

41. Масло (порциями)

Масло сливочное, или шоколадное, или фруктовое, или медовое, или килечное № 879, или селедочное № 879, или сырное № 880 и др.	20	20	15	15	10	10
Выход	—	20	—	15	—	10

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

42. Сыр (порциями)

Советский, или российский, или волжский, или угличский, или рокфор	80	75	53	50	32	30
или голландский, или швейцарский, или чеддер	82	75	54	50	33	30
или латвийский	85	75	57	50	34	30
или московский, или ярославский	81	75	54	50	32	30
или степной, или костромской	78	75	52	50	31	30
или копченый, или плавленый, или брынза	78	75	52	50	31	30
Выход	—	75	—	50	—	30

Сыр подготавливают, как указано на с. 8.

43. Икра (порциями)

Икра зернистая, или паюсная, или кетовая	51	50	30,6	30	20,4	20
Лук зеленый	19	15	13	10	6	5
Лимон	16	14	10	9	—	—
Выход	—	79	—	49	—	25

Порцию икры оформляют ломтиком лимона. Отдельно подают шинкованный зеленый лук. Икру можно отпускать без лука и лимона, соответственно уменьшив выход блюда.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

44. Рыба соленая (порциями)

Кета	115	75	77	50
или семга	106	75	70	50
или лосось каспийский, или балтийский, или озерный	115	75	77	50
Лимон	16	14	10	9
Выход	—	89	—	59

Рыбу нарезают тонкими кусочками по 2–3 на порцию.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

45. Рыба холодного копчения (порциями)

Спинки-балыки:				
осетровые, или севрюжьи	97	75	65	50
или белорыбьи, или лосося балтийского	99	75	66	50
или кеты, или чавычи, или нерки	101	75	68	50
или боковник: севрюжий	95	75	63	50
или осетровый	93	75	62	50
или белужий	87	75	58	50
или горбуша	129	75	86	50
или скумбрия дальневосточная	101	75	68	50
Выход	—	75	—	50

К блюду можно подать лимон (9–18 г массой нетто).

46. Рыба горячего копчения (порциями)

Севрюга	104	75	69	50
или осетр	100	75	67	50
или окунь морской	100	75	67	50
или сом (кроме океанического)	107	75	71	50
или треска	115	75	77	50
Гарнир №№ 808, 809, 810	—	50	—	50
Соус №№ 884, 891	—	30	—	20
Выход	—	155	—	120

Соус к блюду подают отдельно.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

47. Рыбные консервы (порциями)

Консервы в масле (шпроты, сардины, корюшка, ряпушка, печень трески и др.)	105	100	79	75	53	50
или консервы в томатном соусе (частик крупный, мелкий, осетровые, треска, печень трески, бычки и др.)	105	100	79	75	53	50
или скумбрия атлантическая в томатном соусе	103	100	77	75	52	50
или пресервы в горчичном соусе	105	100	79	75	53	50
или консервы натуральные (кроме лососевых)	105	100	79	75	53	50
Выход	—	100	—	75	—	50

Масло, томатную заливку и сок при отпуске консервов распределяют равномерно по порциям. Рыбные консервы можно отпускать с гарниром (30–100 г).

48. Колбаса (порциями)

Колбаса:						
вареная (любительская, или отдельная, или чайная, или ветчинно-рубленая и др.)	77	75	62	60	41	40

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или полукопченая, или варено-копченая (полтавская и др.)	62	60	51	50	31	30
или сырокопченая (деликатесная и др.)	51	50	41	40	31	30
Гарнир №№ 808, 810	—	30	—	50	—	50
Выход колбасы:						
вареной	—	105	—	110	—	90
полукопченой или варено-копченой	—	90	—	100	—	80
сырокопченой		80		90		80

К вареной колбасе можно дать соусы хрен № 891 или майонез с корнишонами № 887 (20–25 г на порцию).

49. Окорок, или корейка, или грудинка, или шпик с гарниром

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Окорок сырокопченый (со шкурой и костями), используемый в сыром виде:				
тамбовский	93	75	62	50
советский, сибирский	90	75	60	50
или окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями):				
тамбовский, воронежский	99	75	66	50
или рулет копчено-вареный (со шкурой и костями):				
ленинградский, ростовский	85	75	57	50
или рулет вареный (со шкурой без костей):				
ленинградский, ростовский	82	75	54	50
или карбонат, буженина	76	75	51	50
или ветчина в форме	77	75	51	50
или корейка копченая, используемая в сыром виде (без шкуры и костей)	94	75	63	50
или грудинка копченая, используемая в сыром виде (без шкуры и костей)	96	75	64	50
или шпик	78	75	52	50
Гарнир №№ 808, 810	—	50	—	50
Соус №№ 887, 891	—	25	—	25
Выход	—	150	—	125

Свинокопчености нарезают тонкими ломтиками. При отпуске сбоку кладут гарнир, соус подают отдельно. Блюдо можно подавать без гарнира и соуса.

50. Консервы овощные закусочные (порциями)

Баклажаны, перец, томаты, фаршированные овощами или овощами с рисом; баклажаны, кабачки, нарезанные кружочками; икра из баклажанов, кабачковая и т.п.	105	100	53	50
Выход	—	100	—	50

Консервы раскладывают на порции.

	БРУТТО	НЕТТО
51. Салат дальневосточный из морской капусты (консервы)		
Салат дальневосточный из морской капусты	51	50
Лук зеленый	13	10
Выход	—	60

Салат дальневосточный (консервы) раскладывают на порции и посыпают шинкованным зеленым луком.

САЛАТЫ И ВИНЕГРЕТЫ

Салаты и винегреты готовят из различных овощей, зелени, грибов, в некоторые из них добавляют также мясные, рыбные продукты, птицу, дичь в отварном, припущенном, жареном или консервированном виде.

Овощные салаты и винегреты используются не только как самостоятельные блюда, но и как гарниры к мясным и рыбным изделиям.

Большинство рецептур на салаты и винегреты составлено на выход 1 кг. Это дает возможность выбрать наиболее приемлемую массу порции с учетом спроса потребителей и местных условий.

Наиболее целесообразной нормой отпуска салатов и винегретов является 100–150 г на порцию, однако эта норма может быть изменена (увеличена или уменьшена).

Обработка всех используемых продуктов должна производиться в строгом соответствии с установленными санитарными правилами. Картофель, овощи сортируют, моют. Картофель, свеклу, морковь для салатов и винегретов варят в кожице, а затем очищают.

Картофель и корнеплоды можно варить в воде и на пару. При варке в воде картофель и овощи погружают в кипяток; в этом случае лучше сохраняются витамины. Чтобы картофель не разваривался, его варят при слабом кипении до полуготовности, затем сливают почти всю воду и доваривают на пару при закрытой крышке.

На пару картофель и овощи варят в пароварочном шкафу. Для этого овощи в перфорированных емкостях (противнях) загружают в варочную камеру электрического пароварочного аппарата.

При наличии на предприятиях пароварочного оборудования для улучшения санитарного состояния и качества салатов, винегретов и других холодных блюд картофель отваривают на пару очищенным.

Морковь и свеклу очищают, нарезают и припускают в небольшом количестве воды до готовности. Морковь, используемую для приготовления блюд в сыром виде, моют, очищают от кожицы, промывают и нарезают. Очищенную и нарезанную свеклу припускают с добавлением уксуса для сохранения окраски.

Перец сладкий перед использованием промывают, затем прорезают мякоть вокруг стебля и удаляют его вместе с семенами. Перец, предназначенный для салатов, ошпаривают и тонко нарезают.

Салат, лук зеленый, зелень петрушки, укроп и т.п. перебирают, удаляют посторонние примеси, загнившие листья и промывают в большом количестве воды.

Репчатый лук очищают, срезая у луковицы донце и шейку, удаляют сухие листья, затем нарезают его кольцами, полукольцами или шинкуют.

Белокочанную и краснокочанную капусту после удаления верхних загрязненных и загнивших листьев моют, разрезают на две или четыре части, вырезают кочерыгу и измельчают. Квашеную капусту перебирают, крупные куски дополнительно измельчают. Если капуста очень кислая, ее промывают в холодной воде и отжимают.

Соцветия цветной капусты освобождают от листьев, зачищают поврежденные места и кладут в подсоленную воду на 15–20 мин. Большие соцветия цветной капусты делят на 2–4 части. Варят ее в кипящей подсоленной воде.

Свежие и соленые огурцы промывают, а огурцы с огрубевшей кожицей очищают. Для некоторых блюд соленые огурцы очищают от кожицы и семян. Подготовленные огурцы нарезают кружочками, ломтиками, кубиками и т.д.

Парниковые и ранние огурцы от кожицы не очищают, в этом случае соответственно уменьшают их закладку.

Спаржу очищают от кожицы, промывают, связывают в пучки и варят в подсоленной воде; охлаждают в той же воде. Для салатов спаржу нарезают брусочками по 1–2 см.

Помидоры свежие промывают, вырезают место прикрепления плодоножки и нарезают на

кружочки, ломтики или подают целыми. Соленые помидоры промывают и нарезают на ломтики.

У редиса отрезают остатки ботвы и корни, промывают, нарезают ломтиками или подают целым.

При изготовлении салатов и винегретов необходимо соблюдать следующие основные правила:

- продукты, используемые для приготовления салатов и винегретов, должны быть предварительно охлаждены до температуры от +8 до +10 °C;

- овощные наборы для салатов и винегретов из вареных овощей можно подготавливать заранее (за 1–2 ч до отпуска) и хранить в охлаждаемом помещении, а салаты из свежих овощей готовить только порциями по мере спроса. Заправлять салаты и винегреты следует непосредственно перед отпуском, чтобы вкус и их внешний вид не ухудшались. Перемешивать продукты следует осторожно, чтобы они не мялись.

В салаты, заправляемые сметаной, можно добавить перец молотый – 0,02 г на порцию.

Рекомендации о возможном включении дополнительных продуктов в рецептуру даны в технологии к отдельным рецептурам. В рецептурах на салаты и винегреты, в которых не предусмотрены зеленый лук, зелень петрушки, эти продукты можно расходовать по норме, указанной на с. 7.

В салаты, заправляемые сметаной или майонезом, можно использовать смесь сметаны и майонеза в равных количествах.

Салаты и винегреты укладывают горкой в порционную посуду (салатники, тарелки, глубокие вазы). Для оформления блюда отбирают продукты, входящие в его состав, фигурно нарезают их, располагают сверху блюда, придавая ему красивый вид. Продукты, предназначенные для оформления, не рекомендуется заливать соусом.

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

52. Салат зеленый

Салат	1056	760	1125	810
Сметана или заправка для салатов № 895	250	250	200	200
Выход	—	1000	—	1000

Подготовленный салат нарезают. Перед отпуском его поливают сметаной или салатной заправкой. Можно заменить салатную заправку растительным маслом. На порцию салата можно добавить яйцо – 1/2 – 1/4 шт., соответственно увеличив выход блюда.

53. Салат зеленый с огурцами

Салат	535	385	569	410
Огурцы свежие[1]	469	375	500	400
Сметана или заправка для салатов № 895	250	250	200	200
Выход	—	1000	—	1000

[1] Здесь и далее в рецептурах норма закладки дана на огурцы, очищенные от кожицы.

Подготовленный салат нарезают. При отпуске на салат кладут нарезанные кружочками свежие огурцы и поливают сметаной или салатной заправкой.

54. Салат зеленый с огурцами и помидорами

Салат	361	260	361	260
Огурцы свежие	313	250	375	300
Помидоры свежие	294	250	294	250
Сметана или заправка для салатов № 895	250	250	200	200
Выход	—	1000	—	1000

Подготовленный салат нарезают на крупные части, помидоры и огурцы – ломтиками. При отпуске на салат укладывают нарезанные огурцы и помидоры и поливают сметаной или салатной заправкой.

55. Салат из свежих огурцов

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Огурцы свежие	950	760	1013	810
Сметана или заправка для салатов № 895	250	250	200	200
Выход	—	1000	—	1000

Свежие, нарезанные кружочками огурцы перед отпуском солят и поливают сметаной или заправкой для салатов. При отпуске салата можно добавить зеленый лук (10 – 15 г) и яйцо – 1/2 – 1/4 шт. на порцию, в этом случае соответственно увеличивается выход. Салат можно отпускать без сметаны и заправки, а только с луком зеленым (125 г нетто лука на 1 кг салата), соответственно изменив норму закладки огурцов.

56. Салат из соленых огурцов с луком

	БРУТТО	НЕТТО
Огурцы соленые	1013	810
Лук репчатый	179	150
или лук зеленый	188	150
Масло растительное	50	50
Выход	—	1000

Огурцы нарезают тонкими ломтиками, добавляют шинкованный репчатый или зеленый лук и поливают растительным маслом.

57. Салат из зеленого лука

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук зеленый	950	760	1013	810
Сметана или заправка для салатов № 895	250	250	200	200
Выход	—	1000	—	1000

Лук шинкуют, посыпают солью. При отпуске поливают сметаной или заправкой.

Салат можно отпускать с яйцом – 1/2–1/4 шт. на порцию, соответственно изменив выход.

58. Салат из свежих помидоров

Помидоры свежие	659	560	718	610
Лук зеленый	250	200	250	200
или лук репчатый	238	200	238	200
Сметана или заправка для салатов № 895	250	250	200	200
Выход	—	1000	—	1000

Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками, лук шинкуют. Помидоры и лук раскладывают на порции, поливают сметаной или заправкой. Салат можно отпускать без лука, а также без сметаны или заправки, соответственно уменьшив выход. При отпуске салата допускается добавлять вареные яйца – 1/2 – 1/4 шт. на порцию, соответственно уменьшив закладку помидоров.

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

59. Салат из свежих помидоров и огурцов

Помидоры свежие	482	410	482	410
Огурцы свежие	313	250	375	300
Лук зеленый	125	100	125	100
или лук репчатый	119	100	119	100
Сметана или заправка для салатов № 895	250	250	200	200
Выход	—	1000	—	1000

Подготовленные помидоры и огурцы режут тонкими ломтиками, лук репчатый – кольцами, а зеленый лук шинкуют. Помидоры и огурцы укладывают вперемежку и посыпают луком. Перед отпуском салат поливают сметаной или заправкой.

Салат можно отпускать без сметаны и заправки или без лука, соответственно уменьшив выход.

60. Салат из свежих помидоров и яблок

Помидоры свежие	482	410	512	435
Яблоки свежие	400	280	500	350
Салат	167	120	104	75
Заправка для салатов № 895	200	200	150	150
Выход	—	1000	—	1000

Помидоры и очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают ломтиками. Салат мелко нарезают.

Мелко нарезанный зеленый салат укладывают горкой, а вокруг кладут помидоры и яблоки. Перед подачей салат поливают заправкой. Салат можно заправлять сметаной.

61. Салат из свежих помидоров со сладким перцем

Помидоры свежие	365	310	600	510
Лук зеленый	—	—	125	100
Лук репчатый	119	100	—	—
Перец сладкий	267	200	267	200
Огурцы свежие	250	200	—	—
или огурцы соленые	250	200	—	—
Заправка для салатов № 895	200	200	200	200
или майонез	200	200	—	—
Выход	—	1000	—	1000

Помидоры, огурцы режут тонкими ломтиками, перец – соломкой, лук шинкуют. Овощи смешивают, поливают заправкой или майонезом. Салат можно отпускать с яйцом (1/2 – 1/4 шт. на порцию).

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

62. Салат «Весна»

Салат	292	210	292	210	292	210
Редис красный обрезной	215	200	215	200	215	200
Огурцы свежие	188	150	250	200	250	200
Лук зеленый	188	150	125	100	175	140
Яйца	$2^1/_2$ шт.	100	$2^1/_2$ шт.	100	$1^1/_2$ шт.	60

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сметана	200	200	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Зеленый салат нарезают крупно, редис и огурцы – тонкими ломтиками, лук шинкуют. Овощи перемешивают. При отпуске салат поливают сметаной и оформляют яйцом.

Допускается приготовление салата без огурцов, в этом случае соответственно увеличивают норму редиса и салата. Можно использовать редис, очищенный от кожицы, увеличив соответственно его закладку.

63. Салат из сырых овощей

Морковь	169	135	175	140	200	160
Репа	167	125	—	—	—	—
Сельдерей молодой (корень)	61	50	85	70	—	—
или петрушка (корень)	67	50	93	70	—	—
Помидоры свежие	206	175	271	230	294	250
Огурцы свежие	219	175	288	230	313	250
Капуста белокочанная свежая	125	100	175	140	188	150
Сметана или майонез	250	250	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Подготовленные сырые морковь и репу, сельдерей или петрушку нарезают тонкой соломкой, свежие огурцы и помидоры – тонкими ломтиками, капусту шинкуют. Овощи перемешивают и при отпуске поливают сметаной или майонезом. В салат можно добавить нарезанный сладкий перец (10–15 г на порцию массой нетто), соответственно изменив выход порции.

64. Салат из редиса

Редис белый с ботвой	820	410	1140	570	1220	610
или редис красный обрезной	441	410	613	570	656	610
Лук зеленый	188	150	125	100	125	100
Яйца	5 шт.	200	$3^1/_2$ шт.	140	$2^1/_2$ шт.	100
Сметана или заправка для салатов № 895	250	250	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Редис очищают от ботвы, а белый редис – и от кожицы. Промытый в холодной воде редис нарезают тонкими кружочками, соединяют с шинкованным зеленым луком. При отпуске заправляют сметаной или заправкой. Салат оформляют яйцом.

Салат можно отпускать без яйца и лука, в этом случае увеличивают соответственно норму закладки редиса. Допускается часть редиса заменять зеленым салатом. Можно использовать редис красный, очищенный от кожицы, увеличив соответственно его закладку.

65. Редис с маслом

	БРУТТО	НЕТТО
1-й вариант		
Редис белый с ботвой	1620	810
или редис красный обрезной	871	810
Масло сливочное	200	200
Выход	—	1000

У редиса удаляют зелень. Белый редис, кроме того, очищают от кожицы.
При отпуске редис подают целиком с кусочками сливочного масла.

66. Редис с маслом

2-й вариант	БРУТТО	НЕТТО
Редис белый с ботвой	1800	900
или редис красный с ботвой	1429	900
Масло растительное	110	110
Выход	—	1000

Подготовленный редис (рец. № 64) нарезают тонкими кружочками и заправляют растительным маслом.

67. Редис с огурцами и яйцом

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Редис красный обрезной	495	460	548	510
Огурцы свежие	250	200	250	200
Яйца	$2^1/_2$ шт.	100	$2^1/_2$ шт.	100
Сметана	250	250	200	200
Выход	—	1000	—	1000

Подготовленные редис и огурцы нарезают ломтиками; часть овощей оставляют для украшения. Подготовленные овощи перемешивают, укладывают горкой, оформляют дольками яиц и овощами.

При отпуске салат поливают сметаной. Можно использовать редис, очищенный от кожицы, соответственно увеличив норму закладки.

68. Салат из цветной капусты, помидоров и зелени

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста цветная	427	222/200[1]	427	222/200[1]	427	222/200[1]
Помидоры свежие	188	160	235	200	235	200
Огурцы свежие	200	160	250	200	250	200
Салат	111	80	97	70	139	100
Горошек зеленый консервированный	123	80	100	65	—	—
или фасоль стручковая консервированная	133	80	108	65	—	—
Лук зеленый	100	80	81	65	125	100
Сметана	120	120	100	100	100	100
Майонез	120	120	100	100	100	100
Сахар	16	16	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареной цветной капусты.

Отварную цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, огурцы и помидоры нарезают ломтиками, салат зеленый–на крупные части, добавляют консервированные зеленый горошек или фасоль, шинкованный зеленый лук и перемешивают. Заправляют сметаной, смешанной с майонезом, с добавлением сахара. При отпуске оформляют овощами и листьями салата.

69. Салат из цветной капусты, овощей, плодов и ягод

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста цветная	342	178/160[1]	427	222/200[1]	—	—
Помидоры свежие	188	160	235	200	—	—
Огурцы свежие	163	130	263	210	—	—
Горошек зеленый консервированный	123	80	—	—	—	—
Яблоки свежие	229	160	286	200	—	—
Виноград	125	120	—	—	-	—
Сметана	200	200	200	200	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1] Масса вареной цветной капусты.

Отварную цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, помидоры, огурцы и яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, режут тонкими ломтиками, добавляют зеленый консервированный горошек, виноград (по 1 колонке). Все перемешивают. Салат при отпуске поливают сметаной.

70. Салат «Летний»

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель молодой	160	128/120[1]	186	149/140[1]	266	213/200[1]
Огурцы свежие	213	170	263	210	263	210
Помидоры свежие	188	160	235	200	235	200
Лук зеленый	150	120	169	135	125	100
Фасоль стручковая консервированная	133	80	108	65	—	—
или горошек зеленый консервированный	123	80	100	65	—	—
Яйца	3 шт.	120	$1^1/_2$ шт.	60	$2^1/_2$ шт.	100
Сметана	240	240	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

Молодой картофель очищают, отваривают. Подготовленные овощи нарезают: картофель, огурцы – ломтиками, помидоры – дольками, фасоль – ромбиками. Зеленый лук шинкуют. Картофель, овощи и фасоль или горошек консервированный перемешивают. При отпуске поливают сметаной. К сметане можно добавить соус Южный в количестве 5 г на порцию, соответственно уменьшив закладку сметаны. При отпуске салат оформляют дольками яиц и посыпают зеленым луком.

71. Салат картофельный

	БРУТТО	НЕТТО
Овощной набор:		
Картофель	1155	840[1]
Лук зеленый	213	170
или лук репчатый	202	170
Масса овощного набора	–	1000
Овощной набор	—	860
Сметана, или заправка для салатов № 895, или майонез	150	150
Выход	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

Очищенный вареный картофель нарезают мелкими ломтиками, смешивают с шинкованным еленым луком или нарезанным полукольцами, или шинкованным репчатым луком. Салат заправляют сметаной, или майонезом, или заправкой.

'2. Салат картофельный : сельдью

	БРУТТО	НЕТТО
:алат картофельный № 71	—	810
:ельдь	417	200
Выход	—	1000

Сельдь разделывают на филе (мякоть) и нарезают наискось тонкими кусочками. Готовый алат укладывают горкой, сверху кладут кусочки сельди.

73. Салат картофельный : огурцами или капустой

:алат картофельный (овощной набор) № 71	—	510
)гурцы соленые	313	250
или капуста квашеная	357	250
или огурцы соленые	188	150
и капуста квашеная	143	100
Морковь	126	100[1]
:метана, или майонез, или заправка для салатов № 895	150	150
Выход	—	1000

[1] Масса вареной очищенной моркови.

Соленые огурцы, очищенные от кожицы, и вареную морковь нарезают ломтиками. В овощной набор картофельного салата добавляют нарезанные соленые огурцы и морковь, или капусту квашеную и морковь, или огурцы соленые, капусту квашеную и морковь. Салат заправляют сметаной, или майонезом, или заправкой.

74. Салат картофельный с грибами

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Салат картофельный (овощной набор) № 71	—	610	—	710
Грибы соленые или маринованные	305	250	183	150
Сметана, или майонез, или заправка для салатов № 895	150	150	150	150
Выход	—	1000	—	1000

Соленые или маринованные грибы промывают, нарезают тонкими ломтиками. Овощной набор салата картофельного смешивают с грибами и заправляют сметаной, или майонезом, или заправкой.

75. Салат картофельный с крабами, или кальмарами, или морским гребешком

	БРУТТО	НЕТТО
Салат картофельный (овощной набор) № 71	—	695

	БРУТТО	НЕТТО
Крабы[1]	206	165
или кальмары[2]	340	306
или филе морского гребешка	345	324
Масса отварных кальмаров или филе морского гребешка	—	165
Сметана, или майонез, или заправка для салатов № 895	150	150
Выход	—	1000

[1] Консервы.
[2] Филе.

Крабы освобождают от пластинок. Отварные филе морского гребешка или кальмара (филе) нарезают тонкими ломтиками (часть крабов, морского гребешка и кальмаров оставляют для оформления салата). Овощной набор салата картофельного соединяют с крабами или с кальмарами, или с филе морского гребешка, заправляют сметаной, или майонезом, или заправкой для салатов. При отпуске салат оформляют морепродуктами.

76. Салат картофельный с пастой «Океан»

Салат картофельный (овощной набор) № 71	—	560
Паста «Океан»	396	372
Масса припущенной пасты «Океан»	—	320
Майонез	130	130
Выход	—	1000

Подготовленную и припущенную пасту «Океан» (с. 647–648) соединяют с овощным набором салата картофельного, молотым черным перцем, солью и заправляют майонезом (3/4 нормы). При отпуске салат поливают оставшейся частью майонеза.

77. Салат картофельный с яблоками

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	357	260[1]	564	410[1]	495	360[1]
Яблоки свежие	214	150	236	165	286	200
Сельдерей молодой (корень)	183	150	122	100	122	100
Салат	278	200	188	135	208	150
Сметана или заправка для салатов № 895	250	250	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

Яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, и вареный картофель нарезают ломтиками, сельдерей нарезают соломкой, добавляют нарезанный салат, заправляют сметаной или заправкой. Салат оформляют ломтиками яблок и листьями салата.

78. Салат из овощей

Капуста цветная	342	178	448	233	662	344
Масса вареной цветной капусты	—	160	—	210	—	310

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или капуста белокочанная	223	178	291	233	430	344
Масса припущенной белокочанной капусты	—	160	—	210	—	310
Фасоль стручковая консервированная	167	100	117	70	—	—
или горошек зеленый консервированный	154	100	108	70	—	—
Помидоры свежие	176	150	235	200	235	200
Огурцы свежие	156	125	250	200	250	200
Спаржа свежая	195	142	–	—	—	—
Масса вареной спаржи	—	125	—	–	—	–
Яйца	$3\frac{3}{4}$ шт.	150	$3\frac{1}{4}$ шт.	130	$2\frac{1}{2}$ шт.	100
Сметана, или майонез, или заправка для салатов № 895	200	200	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Цветную капусту отваривают, разбирают на мелкие соцветия, белокочанную капусту шинкуют и припускают. Помидоры и огурцы нарезают ломтиками. Отварную спаржу нарезают кусочками по 2,5–3 см. К нарезанным овощам добавляют консервированные фасоль или зеленый горошек. Овощи перемешивают и порционируют.

При отпуске салат поливают сметаной, или майонезом, или заправкой и оформляют яйцами, помидорами, огурцами.

79. Салат из овощей с капустой морской

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста морская сушеная	21	21
Масса отварной капусты морской	—	135
Капуста квашеная	207	145
Картофель	687	500[1]
Лук репчатый	155	130
Масло растительное	100	100
Выход	—	1000

[1] Масса отварного очищенного картофеля.

Капусту морскую сушеную предварительно замачивают (с. 647), отваривают, охлаждают, нарезают тонкой соломкой, смешивают с квашеной капустой, отварным картофелем, нарезанным ломтиками, и шинкованным луком. Салат заправляют растительным маслом.

80. Салат из овощей с пастой «Океан»

	БРУТТО	НЕТТО
Паста «Океан»	198	186
Масса припущенной пасты «Океан»	—	160
Картофель	481	350[1]
Морковь	63	50[1]
Горошек зеленый консервированный	138	90
Огурцы соленые	125	100
Яйца	2 шт.	80
Майонез	200	200
Выход	—	1000

[1] Масса вареных очищенных картофеля и моркови.

Вареные картофель, яйца, морковь и очищенные соленые огурцы нарезают тонкими ломтиками (часть продуктов оставляют для украшения), добавляют зеленый горошек, припущенную пасту «Океан» (с. 647–648), заправляют частью майонеза, добавляют соль, перец черный молотый и перемешивают.

Салат укладывают горкой, украшают яйцом, огурцом, морковью, остальной частью майонеза.

81. Салат из белокочанной капусты

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	709	567	848	678	986	789
Масса прогретой капусты	—	510	—	610	—	710
Клюква свежая	—	—	105	100	—	—
Яблоки моченые	182	100	—	—	—	—
Слива маринованная	91	50	—	—	—	—
Вишня маринованная	91	50	—	—	—	—
Лук зеленый	125	100	125	100	125	100
или морковь	125	100	125	100	125	100
Уксус 3%-ный	100	100	100	100	100	100
Сахар	50	50	50	50	50	50
Масло растительное	50	50	50	50	50	50
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Капусту шинкуют, добавляют соль (15 г на 1 кг), уксус и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с клюквой или нарезанными ломтиками мочеными яблоками, маринованными плодами, шинкованным зеленым луком или морковью, нарезанной соломкой, добавляют сахар и масло. Клюкву можно заменить свежими яблоками или сливами.

82. Салат из краснокочанной капусты

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста краснокочанная свежая	1233	1048
Масса стертой капусты	—	660
Уксус 3%-ный	150	150
Сахар	50	50
Корица	0,1	0,1
Гвоздика	0,1	0,1
Вода	100	100
Масло растительное	50	50
Выход	—	1000

Капусту шинкуют, посыпают солью и перетирают до выделения сока, после чего ее отжимают и заправляют уксусом с добавлением отвара корицы, гвоздики и сахара. Отвар готовят следующим образом. В воду добавляют корицу, гвоздику и сахар, доводят до кипения и дают настояться в течение 30 мин. Полученный отвар процеживают. При отпуске капусту поливают маслом.

83. Салат из квашеной капусты

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста квашеная	871	610	1157	810
Лук зеленый	125	100	125	100

	I и II БРУТТО	I и II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
или лук репчатый	119	100	119	100
Яблоки свежие	114	100	—	—
Клюква свежая	105	100	—	—
Сахар	50	50	50	50
Масло растительное	50	50	50	50
Выход	—	1000	—	1000

Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают. Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками. Клюкву перебирают. Нарезанные яблоки, клюкву смешивают с капустой, затем добавляют шинкованный лук, сахар и заправляют растительным маслом. Вместо яблок можно добавить маринованную вишню. При отсутствии клюквы ее заменяют таким же количеством капусты.

84. Салат витаминный

1-й вариант

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Яблоки свежие	199	175	227	200	227	200
Помидоры	206	175	271	230	294	250
Огурцы свежие	125	100	169	135	250	200
Морковь	94	75	125	100	188	150
Сельдерей молодой (корень)	122	100	79	65	—	—
Горошек зеленый консервированный	77	50	—	—	—	—
Вишня свежая	88	75	79	67	—	—
Лимон (для сока)	95	40	119	50	95	40
Сахар	15	15	13	13	10	10
Сметана	250	250	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Яблоки с удаленным семенным гнездом, помидоры, огурцы нарезают ломтиками, сырые морковь и сельдерей – тонкой соломкой. У вишни удаляют косточку. Нарезанные плоды и овощи соединяют с зеленым горошком, заправляют соком лимона, сахаром и сметаной. Салат украшают нарезанными плодами и овощами.

85. Салат витаминный

2-й вариант

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Капуста белокочанная	250	200	250	200	313	250
Морковь	200	160	200	160	125	100
Лук зеленый	63	50	56	45	125	100
Перец сладкий	—	—	—	—	200	150
Горошек зеленый консервированный	—	—	—	—	308	200
Яблоки свежие	273	240	273	240	—	—
Компот из плодов консервированных	160	160	160	160	—	—
Лимон (для сока)	83	35	83	35	100	42
Масло растительное	30	30	—	—	—	—
Сметана	120	120	160	160	150	150
Сахар	30	30	30	30	50	50
Мадера	10	10	—	—	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Сырую капусту, морковь, зеленый лук, яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают и заправляют соком лимона, маслом, сиропом от консервированного компота, сахаром, вином и сметаной. Консервированные плоды режут дольками и укладывают сверху для украшения салата. Рекомендуется использовать светлоокрашенные компоты (яблоки, персики и др.).

86. Салат деликатесный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Помидоры свежие	35	30	47	40	—	—
Спаржа свежая	32	23	32	23	—	—
Масса вареной спаржи	—	20	—	20	—	—
Фасоль стручковая консервированная	17	10	—	—	—	—
Горошек зеленый консервированный	15	10	23	15	—	—
Капуста цветная свежая	21	11	42	22	—	—
Масса вареной цветной капусты	—	10	—	20	—	—
Капуста брюссельская (кочанчики)	18	12	—	—	—	—
Масса вареной брюссельской капусты	—	10	—	—	—	—
Огурцы свежие	25	20	31	25	—	—
Заправка для салатов № 895	40	40	30	30	—	—
Выход	—	150	—	150	—	—

Помидоры и огурцы нарезают тонкими ломтиками, отварную спаржу – кусочками длиной 2–3 см. Цветную и брюссельскую капусту отваривают и разбирают на мелкие соцветия и кочанчики.

Подготовленные овощи, консервированные фасоль и зеленый горошек укладывают букетами и поливают заправкой.

В салат можно добавить 20–30 г нетто соленой рыбы семейства лососевых и белорыбицы, соответственно увеличив выход.

87. Маринованная свекла

	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	1276	1000[1]
Соль	10	10
Перец черный горошком	0,1	0,1
Лавровый лист	0,1	0,1
Гвоздика или корица	0,1	0,1
Уксус 3%-ный	—	350
Масса маринада	—	500
Сахар	15	15
Выход	—	1000

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

Охлажденную очищенную вареную свеклу нарезают кубиками, брусочками, ломтиками или соломкой, заливают горячим маринадом и маринуют 3 – 4 ч при температуре 0 – 4°С. Затем маринад сливают, а свеклу заправляют сахаром. Слитый маринад можно использовать для заправки борщей и для маринования.

Маринад: в горячую воду кладут перец, корицу, соль, гвоздику, лавровый лист, доводят до кипения, настаивают 4–5 ч, добавляют уксус и процеживают. В маринад можно добавить тмин (0,1 г). Для маринования можно использовать нарезанную припущенную или печеную свеклу. Маринованную свеклу используют для салатов, борщей или в качестве гарнира к мясным, рыбным и другим блюдам.

88. Салат из маринованной свеклы с хреном

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маринованная свекла № 87	—	—	—	—	—	870
Хрен (корень)	—	—	—	—	156	100

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло растительное	—	—	—	—	50	50
Выход	—	—	—	—	—	1000

В маринованную свеклу добавляют тертый хрен (можно предварительно ошпаренный), растительное масло и порционируют.

89. Салат из маринованной свеклы с яблоками

	БРУТТО	НЕТТО
Маринованная свекла № 87	—	610
Яблоки свежие	227	200
Сметана	200	200
Выход	—	1000

К маринованной свекле добавляют яблоки с удаленным семенным гнездом, нарезанные тонкими ломтиками, и перемешивают. При отпуске салат поливают сметаной.

90. Салат из свеклы с сыром и чесноком

Свекла свежая	906	710[1]
или свекла маринованная № 87	—	710
Сыр	165	150[2]
или брынза	156	150[2]
Чеснок	3,2	2,5
Майонез	150	150
Выход	—	1000

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

[2] Масса тертого сыра и брынзы.

Вареную свеклу нарезают соломкой, добавляют мелко нарезанный чеснок и заправляют майонезом. Салат укладывают горкой и при отпуске посыпают сыром или брынзой, натертыми на крупной терке. Салат можно приготовить из маринованной свеклы.

91. Редька с маслом или сметаной

Редька	1214	850
Лук репчатый	119	100
или лук зеленый	125	100
Масло растительное	70	70
или		
Редька	1071	750
Лук репчатый	101	85
или лук зеленый	106	85
Сметана	175	175
Выход	—	1000

Редьку нарезают тонкими ломтиками или шинкуют соломкой, посыпают солью, смешивают с шинкованным луком и заправляют растительным маслом или сметаной.

	БРУТТО	НЕТТО

92. Салат из редьки с жареным луком

Редька	1143	800
Лук репчатый	238	200
Масло растительное	150	150
Масса пассерованного лука с маслом	—	210
Выход	—	1000

В нарезанную соломкой или тонкими ломтиками редьку добавляют пассерованный лук с маслом.

93. Салат из редьки с овощами

Редька	814	570
Морковь	250	200
или огурцы свежие	211	200
или помидоры свежие	235	200
Лук зеленый	125	100
Сметана, или майонез, или заправка для салатов № 895	150	150
Выход	—	1000

Редьку и морковь нарезают соломкой. Огурцы или помидоры нарезают ломтиками. Овощи смешивают с шинкованным зеленым луком и при отпуске поливают сметаной, или майонезом, или заправкой. Салат можно готовить без лука, увеличив закладку других овощей.

94. Салат «Рассолс» (латвийское национальное блюдо)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сельдь	31	15	21	10	—	—
Свинина	79	67	39	33	—	—
или говядина	88	65	43	32	—	—
Масса вареного мяса	—	40	—	20	—	—
Картофель	82	82	41	41	—	—
Масса вареного очищенного картофеля	—	60	—	30	—	—
Огурцы соленые	50	40	25	20	—	—
Яблоки свежие	14	10	7	5	—	—
Сметана	35	35	20	20	—	—
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	—	—
Хрен (корень)	16	10	11	7	—	—
Уксус 3%-ный	8	8	5	5	—	—
Горчица	2	2	1	1	—	—
Выход	—	235	—	125	—	—

Вареный очищенный картофель, огурцы, яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, вареное мясо, филе (мякоть) сельди и вареные яйца нарезают кубиками. Салат заправляют смесью сметаны, уксуса, горчицы и тертого хрена.

95. Салат из моркови, или из моркови с яблоками, или финиками, или черносливом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	—	—	813	650	1075	860
Яблоки свежие	—	—	227	200	—	—
или финики	—	—	200	200	—	—
или чернослив[1]	—	—	267	200	—	—
Сметана	—	—	150	150	100	100
Сахар	—	—	20	20	50	50
Выход	—	—		1000	—	1000

[1] Норма закладки дана на чернослив без косточек.

Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками, чернослив или финики – кусочками. Чернослив предварительно замачивают (20–30 мин) в горячей воде, удаляют косточки. Морковь соединяют с яблоками, или финиками, или черносливом, добавляют сахар, выкладывают горкой и поливают сметаной. По III колонке салат готовят без яблок, или фиников, или чернослива.

96. Грибы маринованные или соленые с луком

Грибы:						
маринованные или соленые	—	—	988	810	1049	860
Лук зеленый	—	—	125	100	125	100
или лук репчатый	—	—	119	100	119	100
Масло растительное	—	—	100	100	50	50
Выход	—	—	—	1000	—	1000

Грибы отделяют от маринада или рассола и промывают. Крупные грибы режут на 2–4 части. Зеленый лук шинкуют, а репчатый – режут кольцами или полукольцами. При отпуске грибы заправляют растительным маслом и посыпают луком.

97. Салат с рыбой горячего копчения или морепродуктами

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Треска	77	50	38	25
или окунь морской	67	50	33	25
или сом	71	50	36	25
или севрюга	69	50	35	25
или осетр	67	50	33	25
или крабы[1]	38	30	25	20
или филе морского гребешка	63	59	41	39
или креветки сыромороженные неразделанные (целые)	125	125	83	83
Масса вареных филе морского гребешка или креветок	—	30	—	20
или креветки[1]	38	30	25	20

[1] Консервы

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	69	50[2]	69	50[2]
Огурцы свежие	63	50	50	40
или огурцы соленые	63	50	50	40
Морковь	25	20[2]	—	—
Горошек зеленый консервированный	—	—	23	15
Майонез или заправка для салатов № 895	30	30	20	20
Выход: с рыбой	—	200	—	150
с морепродуктами	—	180	—	145

[2] Масса вареных очищенных картофеля и моркови.

Вареные картофель, морковь и огурцы нарезают ломтиками. Филе морского гребешка и креветки сыромороженные отваривают (с. 647–648), разделывают на мякоть и нарезают ломтиками. К нарезанным овощам добавляют зеленый горошек, нарезанную тонкими ломтиками рыбу, или морепродукты и заправляют частью майонеза или заправки, оформляют рыбой, морепродуктами, овощами и поливают оставшейся частью майонеза или заправки.

98. Салат рыбный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Окунь морской[1]	74	49	56	37	45	30
или сом (кроме океанического)	109	49	82	37	67	30
или ледяная рыба	111	50	84	38	69	31
или мерланг[1]	68	49	51	37	42	30
Масса припущенной рыбы	—	40	—	30	—	25
Картофель	27	20[2]	41	30[2]	55	40[2]
Огурцы свежие или соленые	31	25	31	25	38	30
Помидоры свежие	29	25	29	25	18	15
Салат	14	10	14	10	14	10
или горошек зеленый консервированный	15	10	15	10	15	10
Майонез	30	30	30	30	30	30
Соус Южный	5	5	5	5	4	4
Выход	—	150	—	150	—	150

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные.

[2] Масса вареного очищенного картофеля.

Рыбу разделывают на филе без кожи и костей и припускают. Припущенную рыбу охлаждают и нарезают тонкими ломтиками. Огурцы и картофель, нарезанные тонкими ломтиками, смешивают с частью нарезанного зеленого салата или с зеленым горошком, добавляют рыбу, заправляют частью майонеза с соусом Южный. Салат укладывают горкой, оформляют ломтиками рыбы, помидоров, салатом, поливают оставшимся майонезом.

Соус Южный можно заменить майонезом.

99. Салат рыбный деликатесный

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Осетр	92	55	68	41	—	—
или севрюга	86	55	64	41	—	—
или окунь морской[1]	74	49	56	37	—	—
Масса отварной рыбы	—	40	—	30	—	—
Картофель	14	10[2]	41	30[2]	—	—
Огурцы свежие	19	15	31	25	—	—
Помидоры свежие	18	15	24	20	—	—
Морковь	13	10[2]	—	—	—	—
Цветная капуста свежая	21	11	—	—	—	—
Масса вареной цветной капусты	—	10	—	—	—	—
Фасоль стручковая консервированная	17	10	—	—	—	—
или спаржа свежая	15	10[2]	—	—	—	—
Горошек зеленый консервированный	15	10	15	10	—	—
Майонез	20	20	25	25	—	—
Соус Южный	2	2	2	2	—	—
Заправка для салатов № 895	—	10	—	10	—	—
Выход	—	150	—	150	—	—

[1] Норма закладки дана на окунь морской потрошеный обезглавленный.

[2] Масса вареных очищенных картофеля и моркови и вареной спаржи.

Осетровую рыбу варят звеньями с кожей и хрящами, как указано в рец. № 504. Рыбу с костным скелетом разделывают на филе без кожи и реберных костей и готовят, как указано в рец. № 501. Готовую рыбу охлаждают и нарезают тонкими ломтиками.

Картофель, морковь, цветную капусту и спаржу отваривают. Цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, спаржу нарезают на кусочки в 2–3 см. Вареные картофель и морковь, огурцы, помидоры нарезают тонкими ломтиками, фасоль – дольками.

Нарезанные овощи смешивают с консервированными фасолью и зеленым горошком, добавляют рыбу, заправляют майонезом с соусом Южный, оформляют ломтиками рыбы и помидоров, поливают заправкой.

Для украшения можно использовать консервированные крабы в количестве 5–10 г массой нетто на порцию. Выход блюда соответственно увеличивается. При отсутствии соуса Южного увеличивают количество майонеза.

100. Салат мясной

	I и II БРУТТО	I и II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Говядина	65	48	43	32
или баранина	66	47	43	31
или свинина	59	50	39	33
или телятина	71	47	47	31
или язык говяжий	51	51	34	34
Масса отварных мясных продуктов	—	30	—	20
Картофель	55	40[1]	76	55[1]
Огурцы свежие или соленые	38	30	38	30
Яйца	3/8 шт.	15	1/4 шт.	10
Крабы[2]	6	5	—	—

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

[2] Консервы.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Салат	—	—	8	6
Майонез	30	30	30	30
Соус Южный	8	8	5	5
Выход	—	150	—	150

Вареные мясные продукты, картофель и свежие или соленые огурцы режут тонкими ломтиками, заправляют частью майонеза с добавлением соуса Южного; выкладывают горкой, оформляют яйцом, кусочками вареного мяса, крабами или салатом зеленым и оставшимся майонезом. Соус Южный можно заменить таким же количеством майонеза. Вместо крабов можно использовать раковые шейки в том же количестве. Салат можно отпускать без крабов, соответственно уменьшив выход.

101. Салат столичный

Курица	152	105	115	79
или индейка	129	95	97	71
или фазан	112	74	85	56
или рябчик	112	74	85	56
или куропатка серая	112	74	85	56
или тетерев	116	74	88	56
Масса вареной мякоти птицы и дичи	—	40	—	30
Картофель	27	20[1]	48	35[1]
Огурцы соленые или свежие	25	20	38	30
Салат	14	10	14	10
Крабы[2]	6	5	—	—
Яйца	3/8 шт.	15	1/4 шт.	10
Майонез	45	45	40	40
Выход	—	150	—	150

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

[2] Консервы.

Для салата используют отварную мякоть птицы или дичи без кожи. Половину мякоти мелко режут, а остальную часть используют для украшения.

Салат готовят и оформляют так же, как салат мясной № 100. Вместо крабов можно использовать раковые шейки. Салат можно отпускать без крабов, соответственно уменьшив выход.

102. Салат с птицей или дичью

Курица	115	79	115	79
или индейка	97	71	97	71
или рябчик	85	56	85	56
или куропатка серая	85	56	85	56
или тетерев	88	56	88	56
Масса вареной мякоти птицы и дичи	—	30	—	30
Картофель	27	20[1]	34	25[1]
Огурцы свежие или соленые	13	10	25	20
Капуста цветная свежая	21	11	21	11
Масса вареной цветной капусты	—	10	—	10
Помидоры свежие	18	15	12	10
Сельдерей молодой (корень)	6	5	6	5
Фасоль стручковая консервированная	8	5	—	—

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Горошек зеленый консервированный	15	10	31	20
Спаржа	23	17	—	—
Масса вареной спаржи	—	15	—	—
Майонез	5	5	5	5
Заправка для салатов № 895	—	25	—	25
Выход	—	150	—	150

Птицу или дичь готовят, как указано в рец. № 697. Мякоть вареной птицы или дичи без кожи, вареный картофель, свежие огурцы и помидоры нарезают ломтиками, сельдерей – соломкой. Отварную цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, а спаржу нарезают на кусочки длиной 2–3 см. Часть нарезанных овощей и мякоть птицы или дичи заправляют майонезом, оформляют кусочками птицы или дичи и оставшимися овощами, которые перед отпуском поливают заправкой. При отсутствии спаржи блюдо можно отпускать и без нее, соответственно увеличив норму закладки остальных продуктов.

103. Винегрет овощной

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	289	210[1]
Свекла	191	150[1]
Морковь	126	100[1]
Огурцы соленые[2]	188	150
Капуста квашеная[2]	214	150
Лук зеленый	188	150
или лук репчатый	179	150
Заправка для салатов № 895 или масло растительное	100	100
Выход	—	1000

[1] Масса вареных очищенных овощей

[2] Огурцы соленые можно заменить капустой квашеной, капусту квашеную можно заменить огурцами солеными.

Вареные очищенные картофель, свеклу и морковь, очищенные соленые огурцы нарезают ломтиками, капусту квашеную перебирают, отжимают и шинкуют. Зеленый лук нарезают длиной 1–1,5 см, а репчатый – полукольцами. Подготовленные овощи соединяют, добавляют заправку или масло растительное, перемешивают.

В винегрет можно добавлять от 50 до 100 г зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов или квашеной капусты.

104. Винегрет с сельдью

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Винегрет № 103	—	150	—	115	—	75
Сельдь	104	50	73	35	52	25
Выход	—	200	—	150	—	100

Винегрет раскладывают на порции, сверху кладут разделанную на филе сельдь, нарезанную наискось тонкими кусочками.

105. Винегрет с грибами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Винегрет № 103	—	160	—	120	—	80
Грибы соленые или маринованные	49	40	37	30	24	20
Выход	—	200	—	150	—	100

Грибы отделяют от рассола или маринада и промывают. Крупные грибы нарезают на 2–4 части и соединяют с винегретом.

106. Винегрет с рыбой горячего копчения

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Винегрет № 103	—	120	—	80	—	60
Треска	46	30	31	20	23	15
или окунь морской	40	30	27	20	20	15
или сом (кроме океанического)	43	30	29	20	21	15
Выход	—	150	—	100	—	75

Винегрет раскладывают на порции и оформляют ломтиками рыбы.

107. Винегрет с кальмарами или морской капустой

	БРУТТО	НЕТТО
Винегрет № 103	—	120
Кальмар (филе)	62	56
или кальмар (тушка)	79	61
или капуста морская сушеная	5	5
Масса отварных кальмаров или капусты морской	—	30
Выход	—	150

Вареные кальмары нарезают соломкой поперек волокон. В готовый винегрет добавляют нарезанные кальмары или отварную капусту морскую, нарезанную соломкой, и перемешивают.

108. Винегрет рыбный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Осетр	458	275	367	220	343	206
или севрюга	430	275	344	220	322	206
или ледяная рыба	556	250	444	200	418	188
Масса отварной рыбы	—	200	—	160	—	150
Картофель	110	80[1]	165	120[1]	206	150[1]
Огурцы соленые	125	100	150	120	188	150
Помидоры свежие	71	60	141	120	118	100
Морковь	75	60[1]	101	80[1]	138	110[1]
Горошек зеленый консервированный	92	60	62	40	—	—
Свекла	89	70[1]	102	80[1]	128	100[1]
Лук зеленый	—	—	125	100	125	100
или лук репчатый	—	—	119	100	119	100
Вишня, слива маринованные	109	60	73	40	—	—
Желе рыбное № 897	—	120	—	—	—	—
Майонез	200	200	150	150	150	150
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареных очищенных овощей.

Осетра и севрюгу разделывают на филе без кожи и хрящей и отваривают. Ледяную рыбу разделывают на филе без кожи и костей и отваривают. Отварную рыбу режут тонкими ломтиками, добавляют нашинкованный лук, зеленый горошек, заправляют майонезом или майонезом со сметаной, перемешивают. При отпуске посыпают рубленым желе и оформляют овощами и маринованными плодами.

Винегрет можно готовить без помидоров, соответственно увеличив закладку других овощей.

109. Винегрет мясной

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Говядина	526	387	351	258	285	210
или телятина	568	375	379	250	308	203
или баранина	524	375	350	250	284	203
или свинина	469	400	313	267	255	217
Масса отварного мяса	—	240	—	160	—	130
Картофель	124	90[1]	234	170[1]	247	180[1]
Огурцы соленые	125	100	238	190	213	170
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	80	$2^1/_2$ шт.	100
Морковь	50	40[1]	126	100[1]	151	120[1]
Свекла	102	80[1]	153	120[1]	204	160[1]
Вишня, слива маринованные	109	60	73	40	—	—
Желе мясное № 897	—	120	—	—	—	—
Майонез или соус № 885	—	200	—	150	—	150
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареных очищенных овощей.

Вареные мясные продукты и овощи режут мелкими ломтиками, заправляют майонезом или майонезом со сметаной и перемешивают. Заправленный винегрет кладут горкой и посыпают рубленым желе, вокруг укладывают мелко нарезанные морковь, свеклу, огурцы, оформляют яйцом и маринованными плодами. По III колонке огурцы можно заменить квашеной капустой.

110. Салат яичный

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	11 шт.	440
Огурцы соленые	338	270
Лук репчатый	131	110
Горчица	—	30
Майонез	200	200
Выход	—	1000

Яйца варят вкрутую, огурцы очищают. Яйца, огурцы, репчатый лук мелко режут, добавляют готовую горчицу, майонез и перемешивают.

111. Яйца под майонезом с гарниром

	I и II БРУТТО	I и II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Картофель	21	15[1]	21	15[1]
Морковь	13	10[1]	13	10[1]
Огурцы соленые	13	10	19	15
Помидоры свежие	18	15	12	10
Горошек зеленый консервированный	15	10	—	—
Масса гарнира	—	60	—	50
Желе № 897	—	10	—	—

[1] Масса вареных очищенных овощей.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Майонез	40	40	30	30
Соус Южный	4	4	3	3
Выход	—	150	—	100

Подготовленные овощи нарезают тонкими ломтиками, заправляют частью майонеза (15–20 г) и соусом Южный. Заправленные овощи раскладывают на порции, сверху помещают половинки вареных яиц и заливают их оставшимся майонезом. При отпуске блюдо оформляют рубленым желе и овощами. Блюдо можно отпускать без желе или без гарнира, соответственно уменьшив выход. Соус Южный можно заменить майонезом.

112. Рубленые яйца с маслом и луком

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	$17\frac{1}{4}$ шт.	690
Лук репчатый	167	140
или лук зеленый	175	140
Масло сливочное	175	175
Выход	—	1000

Сваренные вкрутую яйца рубят, смешивают с шинкованным луком, солят и заправляют сливочным маслом. Рубленые яйца с маслом и луком можно использовать для бутербродов.

113. Яйца, фаршированные сельдью и луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20	—	—
Сельдь	21	10	10	5	—	—
Лук репчатый	12	10	6	5	—	—
или лук зеленый	13	10	6	5	—	—
Масса фаршированного яйца	—	60	—	30	—	—
Масло сливочное	5	5	—	—	—	—
Горошек зеленый консервированный	46	30	38	25	—	—
Огурцы свежие	31	25	25	20	—	—
Помидоры свежие	29	25	24	20	—	—
Майонез	10	10	10	10	—	—
Выход	—	150	—	100	—	—

Яйцо, сваренное вкрутую, разрезают вдоль, удаляют желток, протирают его и соединяют с мякотью сельди и луком, пропущенным через мясорубку (сельдь предварительно вымачивают). Полученную массу заправляют 1/2 частью майонеза, а затем укладывают в белок вместо желтка; с нижней части белка срезают небольшой кусочек так, чтобы яйцо было устойчивым, и поливают оставшимся майонезом. Рядом с яйцом укладывают овощи.

Допускается отпускать блюдо без овощей, соответственно уменьшив его выход. Можно использовать овощные гарниры № 817–820.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

114. Яйца, фаршированные луком (латвийское национальное блюдо)

Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	—	—
Лук репчатый	38	32	26	22	—	—
Масло сливочное	5	5	3	3	—	—
Масса пассерованного лука	—	16	—	11	—	—
Масло сливочное	15	15	7	7	—	—
Сметана	24	24	12	12	—	—
Горчица	2	2	1	1	—	—
Выход	—	135	—	70	—	—

Яйца подготавливают, как в рец. № 113. Для приготовления фарша мелко нарезанный лук пассеруют, добавляют сливочное масло, часть сметаны, горчицу, соль, соединяют с растертым желтком и перемешивают. Этой массой наполняют яичные белки, поливают сметаной.

115. Яйца с икрой или маслом селедочным

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1/2 шт.	20
Масло селедочное № 879	—	20
или икра зернистая, или паюсная, или кетовая	10,2	10
и масло сливочное	2	2
Выход: с маслом селедочным	—	40
с икрой	—	32

Сваренные вкрутую яйца разрезают вдоль. На каждую половинку укладывают икру горкой или выпускают из корнетика селедочное масло. Яйца с икрой оформляют сливочным маслом. Можно отпускать с салатом овощным 50–100 г.

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

116. Тыква в маринаде

Тыква	1250	875
Мука пшеничная	30	30
Масло растительное	40	40
Масса жареной тыквы	—	700
Маринад № 892	305	305
Выход	—	1000

Очищенную от кожи и зерен тыкву режут на куски, панируют в муке, жарят на растительном масле, заливают готовым маринадом и тушат 10–15 мин.

117. Тыква маринованная

Тыква	860	602
Масса вареной тыквы	—	500
Уксус 3%-ный	300	300
Сахар	80	80
Соль	8	8
Корица	0,3	0,3

	БРУТТО	НЕТТО
Гвоздика	0,1	0,1
Перец черный горошком	0,1	0,1
Лавровый лист	0,1	0,1
Вода	150	150
Выход	—	1000

Воду с солью, сахаром, пряностями доводят до кипения, кладут очищенную от кожи и зерен тыкву, нарезанную кубиками (12–15 мм), и варят ее до мягкого состояния, затем охлаждают, добавляют уксус и выдерживают тыкву в холодном месте в течение 5–6 ч. Подают в холодном виде вместе с маринадом по 75, 100 г на порцию.

118. Баклажаны тушеные с помидорами

Баклажаны свежие	712	676
Масса жареных баклажанов	—	500
Помидоры свежие	560	476
Масса жареных помидоров	—	300
Масло растительное	75	75
Соус Южный, или Восточный, или Любительский	200	200
Чеснок	13	10
Выход	—	1000

Очищенные баклажаны, нарезанные кружочками, и свежие помидоры, нарезанные крупными дольками, слегка обжаривают по отдельности на масле. Обжаренные баклажаны заливают соусом, с добавлением воды (вода берется в количестве 15–20% к массе обжаренных баклажанов), солят и тушат 15–20 мин. В конце тушения добавляют толченый чеснок и обжаренные помидоры. Отпускают по 100–150 г на порцию.

119. Помидоры, фаршированные яйцом и луком

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Помидоры свежие	147	125	118	100
Яйца	3/4 шт.	30	1/2 шт.	20
Лук зеленый	38	30	25	20
или лук репчатый	36	30	24	20
Майонез или сметана	15	15	10	10
Соус Южный или Восточный	3	3	2	2
Выход	—	200	—	150

Верхнюю часть помидора частично подрезают так, чтобы она образовала крышечку. В нижней части помидора делают углубление для фарша, вынимая часть мякоти. Помидоры посыпают солью и перцем и наполняют фаршем, при отпуске поливают майонезом или сметаной с добавлением соуса Южный или Восточный и посыпают зеленью.

Для приготовления фарша охлажденные, сваренные вкрутую яйца рубят, добавляют измельченную мякоть помидора и нашинкованный лук.

120. Помидоры, фаршированные грибами

Помидоры свежие	147	125	118	100
Грибы соленые	49	40	30	25
или грибы маринованные	49	40	30	25
Лук зеленый	31	25	25	20

	I и II БРУТТО	I и II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
или лук репчатый	30	25	24	20
Заправка для салатов № 895 или майонез	15	15	10	10
Выход	—	200	—	150

Помидоры для фарширования подготавливают так же, как и в рец. № 119.

Для фарша мелко нарезанные грибы соединяют с измельченной мякотью помидоров и нашинкованным луком. Фаршем заполняют помидоры. При отпуске поливают майонезом или заправкой.

121. Помидоры, фаршированные мясным или рыбным салатом

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Помидоры свежие	141	120	118	100	100	85
Салат мясной № 100	—	80	—	60	—	45
или салат рыбный № 98	—	80	—	60	—	45
Выход	—	200	—	160	—	130

Помидоры для фарширования подготавливают, как указано в рец. № 119.

Подготовленные помидоры наполняют готовым салатом мясным или рыбным.

122. Помидоры, фаршированные пастой «Океан»

	БРУТТО	НЕТТО
Помидоры свежие	118	100
Паста «Океан»	18	15[1]
Яйца	1/8 шт.	5
Лук зеленый	13	10
или укроп	14	10
Майонез	15	15
Выход	—	145

[1] Масса припущенной пасты «Океан».

Помидоры для фарширования подготавливают, как указано в рец. № 119.

Для фарша лук зеленый или укроп мелко нарезают, соединяют с припущенной пастой «Океан», мелко рубленным яйцом, измельченной мякотью помидоров, солью, молотым перцем и перемешивают.

Помидоры заполняют фаршем и поливают майонезом.

123. Икра баклажанная

Баклажаны свежие	1438	1050[1]
Лук репчатый	131	110
Масло растительное	56	56
Томатное пюре	110	110
Уксус 3%-ный	32	32
Чеснок	6	5
Выход	—	1000

[1] Масса запеченных баклажанов.

Промытые баклажаны с удаленной плодоножкой запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, кожицу снимают, мякоть измельчают. Шинкованный репчатый лук слегка пассеруют на растительном масле, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 10–15 мин. Массу соединяют с баклажанами и тушат до загустения, заправляют толченым чесноком, уксусом, солью, перцем.

Отпускают по 75–100 г на порцию.

Блюдо можно готовить без чеснока.

124. Икра кабачковая

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кабачки	—	—	1693	1354/880[1]	1343	1074/698[1]
Капуста свежая	—	—	—	—	275	220
Лук репчатый	—	—	143	120	131	110
Томатное пюре	—	—	110	110	110	110
Масло растительное	—	—	50	50	50	50
Уксус 3%-ный	—	—	30	30	30	30
Выход	—	—	—	1000	—	1000

[1] В графе нетто в числителе указана масса нетто, в знаменателе – масса готовых продуктов.

Очищенные от кожицы кабачки, нарезанные кружочками, запекают в жарочном шкафу и измельчают. Шинкованную белокочанную капусту тушат до полуготовности, добавляют пассерованный с томатом репчатый лук и тушат до готовности капусты. В конце тушения добавляют кабачки, заправляют уксусом, солью, перцем. Отпускают по 75–100 г на порцию.

125. Икра овощная

	БРУТТО	НЕТТО
Баклажаны	397	397/290[1]
Кабачки	558	446/290[1]
Морковь	200	160
Капуста свежая	288	230
Лук репчатый	131	110
Томатное пюре	100	100
Масло растительное	50	50
Уксус 3%-ный	30	30
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса нетто, в знаменателе – масса готовых продуктов.

Обработанные баклажаны запекают в жарочном шкафу, снимают кожицу, охлаждают и измельчают. Нарезанные кружочками кабачки с предварительно удаленной кожицей запекают в жарочном шкафу и мелко нарезают. Нарезанные репчатый лук и морковь пассеруют с томатным пюре, соединяют с шинкованной белокочанной капустой и тушат до готовности капусты, после чего добавляют кабачки и баклажаны и тушат вместе 15–20 мин. Заправляют икру уксусом, перцем, солью.

Отпускают по 75–100 г на порцию.

126. Икра грибная

Грибы сушеные	100	200[1]
Грибы соленые	793	650

[1] Масса вареных грибов.

	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	149	125
Масло растительное	100	100
Уксус 3%-ный	25	25
Выход	—	1000

Подготовленные сушеные грибы варят до готовности, охлаждают, соединяют с солеными грибами, промытыми в холодной воде, измельчают. Шинкованный репчатый лук слегка пассеруют на растительном масле, соединяют с грибами и жарят 10–15 мин, заправляют уксусом и специями. В икру можно добавить сахар (20 г на 1 кг), уменьшив норму закладки других продуктов. Готовую икру отпускают по 75–100 г на порцию.

127. Перец, фаршированный овощами

См. рецептуру № 399 кол. III

128. Кабачки, фаршированные овощами

См. рецептуру № 402 кол. III

129. Гогошары молдовенешть (гогошары по-молдавски, молдавское национальное блюдо)

Гогошары[1]	127	95
Сахар	3	3
Уксус 3%-ный	10	10
Лук репчатый	24	20
Морковь	19	15
Петрушка (корень)	9	7
Масло растительное	15	15
Капуста белокочанная	25	20
Маргарин столовый	5	5
Помидоры свежие	20	17
Чеснок	3	2,3
Масса фарша	—	60
Масса полуфабриката	—	165
Брынза	10,5	10
Лук-порей	5	4
Выход	—	140

[1] Разновидность сладкого перца.

Гогошары перебирают, промывают, делают круговой надрез и удаляют плодоножку с семенами. Подготовленные гогошары варят 1–2 мин в маринаде. Для приготовления маринада в воду добавляют соль, сахар, специи и варят в течение 5 мин, затем вливают уксус и доводят до кипения.

Фарш. Лук репчатый, морковь, петрушку нарезают соломкой и пассеруют. Капусту нарезают соломкой и прогревают с маргарином. Затем соединяют с пассерованными овощами, протертыми помидорами, добавляют соль, специи и тушат 5–7 мин. В конце тушения вводят толченый чеснок.

Подготовленные гогошары наполняют фаршем, посыпают тертой брынзой и запекают в жарочном шкафу в течение 5–7 мин.

При отпуске охлажденные гогошары украшают зеленью и луком-пореем.

130. Баклажаны, фаршированные овощами

См. рецептуру № 403

131. Икра свекольная или морковная	БРУТТО	НЕТТО
Свекла свежая	957	750[1]
или морковь	942	750[1]
Лук репчатый	208	175
Томатное пюре	275	275
Масло растительное	75	75
Уксус 3%-ный	15	15
Сахар	12	12
Выход	—	1000

[1] Масса вареных очищенных овощей

Свеклу или морковь отваривают, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют специи, уксус, сахар, прогревают и охлаждают.

Отпускают по 75–100 г на порцию.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, РЫБНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ

Свежую рыбу для холодных блюд разделывают так же, как и для горячих вторых блюд.

Рыбу семейства осетровых варят и жарят звеньями или крупными кусками, после чего удаляют хрящи, лососевые варят порционными кусками. Рыбу с костным скелетом припускают и жарят разделанной на филе с кожей и реберными костями или без кожи и костей, а также используют непластованную, нарезанную порционными кусками. Для холодных блюд рыбу жарят только на растительном масле.

Сельдь предусмотрена разделанная на филе-мякоть, однако можно использовать и сельдь без головы и кожи с костями, изменив соответственно закладку сельди массой брутто. Килька, хамса, салака или тюлька в рецептурах предусмотрены целиком, можно использовать рыбу без головы и внутренностей или разделанную на филе-мякоть, соответственно изменяя массу брутто.

Рыбные блюда отпускают со сложным овощным гарниром, салатами, свежими, солеными или маринованными огурцами и помидорами, а также со сладким маринованным перцем.

К большинству блюд гарниры даны в двух вариантах с учетом сезонности.

Для оформления рыбных блюд и закусок, кроме перечисленных во введении (с. 7), используют маслины в количестве 5–10 г на порцию.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
132. Сельдь с гарниром						
Сельдь	104	50	73	35	52	25
Яйца	1/4 шт.	10	1/4 шт.	10	—	—
Гарнир №№ 816, 817, 818	—	100	—	75	—	50
Заправка для салатов № 895	—	20	—	15	—	10
Выход	—	180	—	135	—	85

Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками и гарнируют различными сырыми или отварными овощами, нарезанными мелкими кубиками, и кружочком вареного яйца. Гарнир укладывают, чередуя овощи по цвету. Перед отпуском сельдь и гарнир поливают заправкой. Блюдо можно отпускать и без яйца, уменьшив соответственно выход.

133. Сельдь с картофелем и маслом						
Сельдь	104	50	73	35	52	25
Картофель	137	103	103	77	137	103
Масса вареного картофеля	—	100	—	75	—	100
Масло сливочное или растительное	20	20	15	15	10	10
Выход	—	170	—	125	—	135

Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками. Картофель к сельди подают горячим, политым растительным маслом, или с кусочком сливочного масла.

134. Сельдь с луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сельдь	104	50	73	35	52	25
Лук репчатый	36	30	36	30	24	20
или лук зеленый	38	30	38	30	25	20
Заправка для салатов № 895	—	20	—	20	—	10
Выход	—	100	—	85	—	55

Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками, сверху посыпают репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами или шинкованным зеленым луком.

Блюдо поливают заправкой для салатов. К блюду можно отпускать отварной картофель (100, 75, 50 г), вместо заправки–полить сметаной или майонезом (20, 10 г).

135. Сельдь «Рольмопс» (литовское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Сельдь[1]	91	50
Лук репчатый	17	14
Масло растительное	3	3
Масса пассерованного лука	—	10
Маринад	40	40
Выход	—	100

[1] Норма отходов при разделке сельди на филе с кожей без костей составляет 45%.

Маринад:		
Лук репчатый	208	175
Морковь	250	200
Сахар	50	50
Уксус 9%-ный	75	75
Перец черный горошком	0,5	0,5
Лавровый лист	0,1	0,1
Вода	750	750
Выход	—	1000

Сельдь вымачивают, удаляют кости (кожу не снимают), затем на внутреннюю поверхность части филе кладут пассерованный лук и заворачивают в виде рулета, кончик которого опускается в прорез. Рулетики заливают охлажденным маринадом и оставляют на одни сутки для маринования.

Для фарша лук нарезают соломкой, пассеруют на растительном масле и охлаждают.

Для маринада в кипящую воду кладут лук репчатый и морковь, нарезанные соломкой, и варят до готовности. Затем добавляют уксус, сахар, перец, лавровый лист и доводят до кипения. Приготовленный маринад охлаждают.

Рольмопсы при отпуске поливают маринадом.

136. Сельдь рубленая

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сельдь	938	450	938	450	1042	500
Хлеб пшеничный 1 с	90	90	140	140	175	175
Молоко или вода	90	90	140	140	175	175
Лук репчатый	143	120	143	120	143	120
Яблоки свежие	214	150	143	100	—	—

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Масло растительное	—	—	—	—	50	50
Масло сливочное	100	100	50	50	—	—
Уксус 3%-ный	30	30	30	30	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Филе сельди (мякоть), яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, репчатый лук нарезают, добавляют замоченный и отжатый белый хлеб и пропускают через мясорубку. В полученную массу добавляют масло, уксус и выбивают. При отпуске готовую массу формуют в виде сельди.

Отпускают порциями по 50–100 г.

137. Сельдь рубленая с гарниром

Сельдь рубленая № 136	—	100	—	75	—	50
Масло сливочное	10	10	5	5	—	—
Яйца	1/4 шт.	10	1/8 шт.	5	1/8 шт.	5
Морковь	6	5	6	5	6	5
Лук зеленый	6	5	6	5	6	5
Огурцы	25	20	—	—	13	10
Помидоры свежие	24	20	35	30	—	—
Выход	—	170	—	125	—	75

Готовую массу, сформованную в виде сельди, посыпают рубленым яйцом и зеленым луком. Оформляют нарезанной вареной морковью и маслом. Гарнируют огурцами и помидорами, нарезанными кружочками или ломтиками.

138. Килька, или хамса, или салака, или тюлька с луком и маслом

Килька, или хамса, или салака, или тюлька[1]	67	50	47	35	33	25
Лук репчатый	30	25	18	15	18	15
или лук зеленый	31	25	19	15	19	15
Масло сливочное	5	5	5	5	5	5
или уксус 3%-ный	8	8	5	5	5	5
и масло растительное	8	8	5	5	5	5
Выход: со сливочным маслом	—	**80**	—	**55**	—	**45**
с растительным маслом и уксусом	—	90	—	60	—	50

[1] Норма закладки дана на кильку, хамсу, салаку и тюльку целиком.

Салаку, кильку, хамсу или тюльку раскладывают на порции и посыпают нарезанным кольцами репчатым луком или шинкованным зеленым луком.

Отпускают со сливочным маслом или поливают уксусом и растительным маслом. К блюду можно подать отварной картофель (75–100 г), соответственно увеличив выход блюда.

139. Килька, или хамса, или салака, или тюлька с отварным картофелем и жареным луком или с картофелем и маслом

Килька, или хамса, или салака, или тюлька пряного посола[1]	67	50	47	35	33	25
Картофель	137	103	103	77	69	52
Масса вареного картофеля	—	100	—	75	—	50

[1] Норма закладки дана на кильку, хамсу, салаку и тюльку целиком.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	24	20	24	20	24	20
Масло растительное	15	15	15	15	15	15
Масса жареного лука и масла	—	20	—	20	—	20
или масло сливочное	20	20	15	15	10	10
Выход: с картофелем и жареным луком	—	170	—	130	—	95
с картофелем и маслом	—	170	—	125	—	85

Кильку, хамсу, салаку или тюльку отпускают с отварным картофелем и жареным луком или с картофелем и кусочком сливочного масла.

140. Килька с яйцом и луком

Килька[1]	91	50	64	35	45	25
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	1/4 шт.	10
Лук репчатый	18	15	12	10	12	10
или лук зеленый	19	15	13	10	13	10
Масло растительное, или горчичная заправка № 896, или заправка для салатов № 895	15	15	10	10	5	5
Выход	—	100	—	65	—	50

[1] Норма закладки дана на кильку без головы и внутренностей.

Кильку порционируют, рядом кладут кружочки яйца, посыпают шинкованным луком и поливают маслом или заправкой горчичной или салатной. Блюдо можно отпускать и без яйца, соответственно уменьшив выход блюда.

141. Рыба отварная с гарниром и хреном

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Осетр	160	96	107	64
или севрюга	150	96	100	64
или сом	192	96	128	64
или ставрида океаническая	198	91	133	61
Масса отварной рыбы	—	75	—	50
Гарнир №№ 808,810	—	75	—	75
Соус № 891	—	25	—	15
Выход	—	175	—	140

Осетровую рыбу варят звеньями с кожей и хрящами, как указано в рец. № 504. Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей без реберных костей и готовят, как указано в рец. № 501.

При отпуске укладывают гарнир. По I и II колонкам соус хрен подают отдельно. Можно отпускать и без гарнира, соответственно уменьшив выход блюда.

142. Рыба под майонезом

Осетр	160	96	107	64
или севрюга	150	96	100	64

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или окунь морской[1]	130	91	87	61
Масса припущенной рыбы	—	75	—	50
Майонез	—	35	—	25
Заправка для салатов № 895	—	15	—	10
Гарнир №№ 808, 810	—	75	—	75
Выход	—	200	—	160

[1] Норма закладки дана на окунь морской потрошеный обезглавленный.

Осетровую рыбу варят звеньями с кожей и хрящами, как указано в рец. № 504. Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей, без реберных костей и готовят, как указано в рец. № 501.

Охлажденную рыбу нарезают на порции. Одну треть гарнира заправляют частью майонеза. На этот гарнир помещают рыбу, вокруг которой располагают остальной гарнир. Рыбу поливают майонезом, а гарнир – заправкой.

Для оформления блюда можно использовать крабы консервированные – 5–10 г нетто на порцию. Рыбу под майонезом можно отпускать без гарнира и заправки.

143. Морепродукты под майонезом

	БРУТТО	НЕТТО
Крабы[1]	94	75
или креветки[1]	94	75
или филе морского гребешка	156	147
или кальмар[2]	154	139
или лангусты[3]	188	188
Масса отварных морепродуктов	—	75
Майонез	35	35
Выход	—	110

[1] Консервы.
[2] Филе с кожицей.
[3] Шейки в панцире.

Подготовленные морепродукты (с. 646–648) нарезают тонкими ломтиками поперек волокон, а затем выкладывают горкой и поливают майонезом.

Вареные кальмары можно отпускать с репчатым луком (10 г массой нетто на порцию), увеличив соответственно выход блюда.

144. Рыба заливная с гарниром

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Осетр	160	96	107	64
или севрюга	150	96	100	64
или сом	192	96	128	64
или кета	157	91	105	61
Масса отварной рыбы	—	75	—	50
Лимон	5,5	5	5,5	5
Петрушка (зелень)	2	1,5	2	1,5
Морковь	6	5	6	5
Желе № 897	—	125	—	100
Масса заливной рыбы	—	200	—	150

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Гарнир № 807 или № 809	—	50	—	50
Соус № 891	—	25	—	15
Выход	—	275	—	215

Осетровую рыбу варят звеньями с кожей и хрящами, как указано в рец. № 504. Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей без реберных костей и готовят, как указано в рец. № 501.

На тонкий слой налитого в противень и застывшего желе укладывают порционные куски вареной или припущенной охлажденной рыбы так, чтобы между кусками рыбы оставались небольшие промежутки. Каждую порцию рыбы украшают зеленью петрушки, дольками лимона и вареной карбованной моркови. Затем украшения закрепляют охлажденным желе, приготовленным на рыбном бульоне, и дают застыть. После этого рыбу заливают оставшимся желе, чтобы слой его над куском рыбы был 0,5–0,8 см. При отпуске заливную рыбу нарезают на порции, оставляя вокруг каждого куска слой желе. Подают заливную рыбу с соусом хрен, с овощным гарниром или без него, а также можно без соуса и гарнира.

145. Рыба фаршированная заливная с гарниром

Рыба фаршированная №№ 514, 515	—	75	—	50
Лимон	5,5	5	5,5	5
Петрушка (зелень)	2	1,5	2	1,5
Желе № 897	—	125	—	100
Масса заливной рыбы	—	200	—	150
На гарнир:				
Огурцы свежие	25	20	25	20
Помидоры свежие	24	20	24	20
или гарнир №№ 818, 819	—	40	—	40
Соус № 891	—	25	—	15
Выход	—	265	—	205

Рыбу готовят, как указано в рец. №№ 514, 515.

Фаршированную заливную рыбу отпускают с гарниром и соусом. Блюдо можно отпускать без гарнира, соответственно уменьшив выход.

146. Жареная рыба под маринадом

Окунь морской[1]	127	89	85	60
или муксун	165	89	111	60
или навага дальневосточная	148	90	98	60
Мука пшеничная	5	5	3	3
Масло растительное	5	5	4	4
Масса жареной рыбы	—	75	—	50
Маринад № 892	—	75	—	50
Лук зеленый	13	10	6	5
Выход	—	160	—	105

[1] Норма закладки дана на окунь морской потрошеный обезглавленный.

Рыбу разделывают на филе с кожей без реберных костей, порционируют. Подготовленные куски рыбы обваливают в муке и жарят.

Жареную рыбу раскладывают на порции, заливают маринадом и посыпают нашинкованным зеленым луком. Блюдо можно отпускать и без лука.

147. Крабы под маринадом

	БРУТТО	НЕТТО
Крабы[1]	94	75
Маринад № 892	—	75
Лук зеленый	25	20
Маслины	15	15
Выход	—	185

[1] Консервы.

Крабы освобождают от пластинок, раскладывают на порции, заливают маринадом, посыпают нашинкованным луком и оформляют маслинами. Блюдо можно отпускать и без маслин, норма выхода при этом соответственно уменьшается.

148. Студень рыбный

	БРУТТО	НЕТТО
Пищевые отходы рыб семейства осетровых (голова, плавники, кожа)	1000	1000
или пищевые отходы рыб с костным скелетом (головы, кости, плавники, кожа, чешуя)	1000	1000
Желатин	15	15
Морковь	38	30
Петрушка (корень)	27	20
Лук репчатый	36	30
Чеснок	6	5
Лавровый лист	0,2	0,2
Перец черный горошком	0,5	0,5
Выход	—	1000

Подготовленные пищевые отходы заливают холодной водой (1–1,5 л на 1 кг отходов) и варят 1,5 ч. За 30–20 мин до окончания варки добавляют овощи и в конце варки – специи. У сваренных отходов отделяют мякоть от костей. Хрящи осетровой рыбы доваривают отдельно. Когда хрящи станут мягкими, их вместе с мякотью измельчают и соединяют с процеженным бульоном, варят еще 10 мин, затем добавляют предварительно замоченный желатин, дают еще раз прокипеть, добавляют измельченный чеснок, охлаждают, разливают и ставят на холод для застывания. Студень отпускают порциями по 200–150–100 г. Подают с соусом хрен по 30–15 г на порцию. Можно подать с гарниром – свежими, солеными, маринованными огурцами, помидорами, салатом из квашеной капусты и др.– 75–50 г на порцию.

149. Студень из рыбы

	БРУТТО	НЕТТО
Кабан-рыба	962	452
или сквама	1143	457
или клыкач	862	457
или ледяная рыба	977	469
Масса отварной рыбы	—	375
Морковь	63	50
Петрушка (корень)	53	40
Лук репчатый	60	50
Чеснок	13	10
Желатин	30	30
Выход	—	1000

Рыбу разделывают на филе с кожей без костей, промывают, заливают холодной водой (в соотношении 1 : 1,5) и варят в течение 30–40 мин при слабом кипении. Перед окончанием варки кладут специи. После варки бульон процеживают, соединяют с измельченной мякотью рыбы, варят еще 10 мин. затем добавляют предварительно замоченный желатин, дают еще раз проки-

петь. После окончания варки в студень добавляют измельченный чеснок, охлаждают, разливают и ставят на холод для застывания.

Отпускают по 150–100–75 г на порцию.

При отпуске соус хрен подают отдельно по 30–15 г на порцию.

150. Ассорти рыбное

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Семга соленая	42	30	35	25	21	15
или лосось соленый (каспийский, балтийский, озерный)	46	30	38	25	23	15
Севрюга	64	41	53	34	33	21
Масса отварной севрюги	—	30	—	25	—	15
Килька	67	30	56	25	33	15
или шпроты	32	30	26	25	16	15
Икра паюсная, или зернистая, или кетовая	15,3	15	10,2	10	—	—
Масса рыбных продуктов	—	105	—	85	—	45
Огурцы соленые	19	15	19	15	19	15
или корнишоны	27	15	27	15	27	15
Помидоры свежие	18	15	18	15	18	15
Морковь	19	15	19	15	19	15
Зеленый горошек консервированный	23	15	23	15	23	15
Желе № 897	—	7	—	7	—	7
Заправка для салатов № 895	—	8	—	8	—	8
Масса гарнира	—	75	—	75	—	75
Лимон	8	7	8	7	8	7
Выход	—	185	—	165	—	125

В состав рыбного ассорти входит не менее трех-четырех видов рыбных продуктов. Севрюгу для ассорти подготавливают, как в рец. № 504, зачищают от кожи и хрящей и нарезают на порции. Семгу, лосось и кильку разделывают на мякоть. В состав блюда можно вводить различную заливную рыбу, соответственно увеличив его выход.

151. Раки вареные

Раки (в шт.)	10	10	5	5	—	—
Выход	—	10	—	5	—	—

Технологию приготовления см. в рец. № 566.

152. Крабы со сметаной

	БРУТТО	НЕТТО
Крабы[1]	56	45
Огурцы свежие	56	45
или огурцы соленые	56	45
Лук зеленый	19	15
Сметана	35	35
Соус Южный	—	10
Выход	—	150

[1] Консервы.

Крабы освобождают от пластинок, раскладывают на порции, поливают сметаной с добавлением соуса Южный, посыпают зеленым луком, укладывают нарезанные ломтиками огурцы.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
153. Крабы заливные						
Крабы[1]	63	50	44	35	—	—
Морковь	25	20[2]	19	15[2]	—	—
Огурцы маринованные	36	20	27	15	—	—
Горошек зеленый консервированный	31	20	23	15	—	—
Картофель	27	20[2]	21	15[2]	—	—
Салат	14	10	7	5	—	—
Желе рыбное № 897	—	75	—	50	—	—
Масса заливных крабов	—	215	—	150	—	—
Соус №№ 887, 891	—	30	—	20	—	—
Выход	—	245	—	170	—	—

[1] Консервы.

[2] Масса вареных очищенных овощей.

В форму для заливных блюд наливают готовое охлажденное желе, когда оно застынет у стенок формы (слоем 1–1,5 см), незастывшую часть сливают.

При помощи жидкого желе закрепляют кусочки крабов (консервы), нарезанные овощи и салат. Затем кладут остальные крабы, овощи, полностью заливают желе и ставят в холодное место для застывания.

При отпуске форму с крабами на несколько секунд опускают в теплую воду, встряхивают, чтобы желе отстало от стенок формы, и выкладывают его. Отдельно подают соус хрен или майонез с корнишонами.

154. Устрицы

Устрицы (в шт.)	7	7	5	5	—	—
Лимон	80	72	40	36	—	—
Выход	—	7шт. + 72г	—	5шт. + 36г	—	—

Раковины устриц перед использованием тщательно промывают при помощи щетки. Открывают устрицы ножом с коротким лезвием, начиная с толстой части раковины (замка). Раскрыв раковины и подрезав с внутренней стороны место соединения устрицы с плоской створкой, удаляют ее, а устрицу в глубокой створке раковины обливают холодной подсоленной водой и подают в раковинах. Отдельно подают лимон, нарезанный на дольки. Перед употреблением устрицы подрезают место соединения с раковиной и отжимают на нее сок лимона.

Устриц можно полностью освобождать от раковин, отпускать на блюде с мелко наколотым пищевым льдом, покрытым салфеткой. Раковины с устрицами укладывают на салфетку.

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ

Мясо, субпродукты, птицу и дичь для холодных блюд варят и жарят так же, как и для горячих. Для варки и жаренья мяса используют те же части туши.

К холодным блюдам из мяса и мясных гастрономических продуктов вместо указанных в рецептурах гарниров можно отпускать огурцы, помидоры, маринованные и свежие плоды, салаты из свежей белокочанной и краснокочанной капусты, квашеной капусты.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
155. Мясо, или язык, или птица, или кролик отварные с гарниром				
Говядина	164	121	110	81
или свинина	147	125	97	83
или баранина	164	117	109	78
или язык говяжий	126	126	84	84
или язык бараний	143	143	96	96
или язык свиной	127	127	85	85
или курица	155	107	104	72
или индейка	140	103	94	69
или гусь	156	103	105	69
или кролик	107	102	72	68
Масса отварных продуктов из мяса и птицы	—	75	—	50
Гарнир №№ 808, 810, 816	—	75	—	50
Соус №№ 887, 891	—	30	—	20
Выход	—	180	—	120

Мясные продукты отваривают, как указано в рец. №№ 568, 570, 697.

Вареное охлажденное мясо или язык нарезают поперек волокон тонкими ломтиками. Птицу и кролика нарубают по 2 куска на порцию (от грудной части и ножки). При отпуске кладут гарнир, а соус подают отдельно или наливают рядом с основным продуктом. Блюдо можно отпускать без соуса, соответственно уменьшив выход.

	I и II		III	
156. Поросенок отварной с хреном				
Поросенок	166	133	125	100
Масса отварного поросенка	—	100	—	75
Гарнир №№ 807, 811, 816	—	75	—	50
Соус № 891	—	25	—	15
Выход	—	200	—	140

Подготовленных поросят завертывают в салфетку или пергамент, перевязывают, заливают холодной водой и варят при слабом кипении 50–60 мин. В конце варки кладут соль (8–10 г на 1 л бульона). Сваренного поросенка охлаждают в бульоне, разрубают вдоль на две части, которые затем нарубают поперек по 1–2 куска на порцию. Подают с гарниром и соусом.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
157. Филе птицы или дичи под майонезом						
Курица	155	107	104	72	—	—
или рябчик, или куропатка серая	211	139	141	93	—	—
или тетерев	217	139	145	93	—	—
или фазан	211	139	141	93	—	—
Масса отварного филе птицы или дичи	—	75[1]	—	50[1]	—	—
Гарнир №№ 807, 809	—	75	—	50	—	—
Соус №№ 884, 886	—	40	—	35	—	—
Выход	—	190	—	135		

[1] Масса вареного филе птицы или дичи без кожи.

Птицу или дичь готовят, как указано в рец. № 700.

Филе снимают и зачищают от кожи. Овощи нарезают мелкими кубиками. Половину овощей заправляют частью майонеза, укладывают на блюдо горкой, а сверху – филе птицы, которое заливают майонезом или майонезом с желе. Оставшиеся овощи, нарезанные кубиками, укладывают рядом с филе.

158. Мясо или птица, или кролик, или дичь жареные с гарниром

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина	156	115	105	77
или свинина	129	110	87	74
или баранина	166	119	110	79
или телятина	180	119	120	79
Жир животный топленый пищевой	3	3	2	2
Масса жареных мясных продуктов	—	75	—	50
или				
Курица	216	149	163	112
или цыпленок	213	149	160	112
или индейка	192	141	144	106
или гусь	261	172	195	129
или кролик	143	136	107	102
или тетерев (в шт.)	1/4	1/4	1/6	1/6
или рябчик, или куропатка серая (в шт.)	2/3	2/3	1/2	1/2
или фазан (в шт.)	1/4	1/4	1/5	1/5
Маргарин столовый	5	5	4	4
Масса жареной птицы, или дичи[1], или кролика	—	100	—	75
Гарнир №№ 808, 813, 816	—	75	—	50
Соус №№ 884, 887, 891	—	25	—	20
Выход: говядины, или свинины, или баранины, или телятины	—	175	—	120
птицы, или кролика, или дичи	—	200	—	145

[1] Масса жареной дичи указана с учетом средней массы

Мясо, птицу, дичь и кролика готовят, как указано в рец. №№ 579, 712 и 714.

Жареное охлажденное мясо нарезают поперек волокон тонкими ломтиками; птицу, кролика и дичь нарубают по два куска на порцию. Отпускают с гарниром (к птице, кролику и дичи, кроме свежих, соленых, маринованных овощей и грибов, можно подать маринованные плоды и зеленый салат) и соусом (к мясу, кроме майонеза и его производных, подают еще и соус хрен).

159. Ассорти мясное

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
1-й вариант						
Говядина	54	40	54	40	—	—
или телятина	59	39	59	39	—	—
Язык говяжий	42	42	42	42	—	—
или язык свиной	42	42	42	42	—	—
или язык бараний	48	48	48	48	—	—
Масса отварных мясных продуктов	—	25	—	25	—	—
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями): тамбовский, воронежский	—	—	33	25	—	—
Курица	54	37	—	—	—	—
или индейка	48	35	—	—	—	—
Маргарин столовый	1,25	1,25	—	—	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса жареной птицы	—	25	—	—	—	—
Масса мясных продуктов	—	75	—	75	—	—
Гарнир №№ 808, 816	—	75	—	50	—	—
Соус № 887	—	25	—	15	—	—
Выход	—	175	—	140	—	—

160. Ассорти мясное

2-й вариант

	I		II		III	
Язык говяжий	42	42	42	42	—	—
или язык бараний	48	48	48	48	—	—
или язык свиной	42	42	42	42	—	—
Масса отварного языка	—	25	—	25	—	—
Свинина	43	37	43	37	—	—
Жир животный топленый пищевой	1	1	1	1	—	—
Масса жареной свинины	—	25	—	25	—	—
Колбаса вареная	—	—	21	20	—	—
Курица	54	37	—	—	—	—
Маргарин столовый	1,25	1,25	—	—	—	—
Масса жареной курицы	—	25	—	—	—	—
Масса мясных продуктов	—	75	—	70	—	—
Гарнир №№ 808, 813, 816	—	75	—	50	—	—
Соус №№ 887, 891	—	30	—	20	—	—
Выход	—	180	—	140	—	—

Мясные продукты готовят, как указано в рец. №№ 568, 570, 579, 712, 714.

Отварные, жареные мясопродукты, свинокопчености, колбасу нарезают тонкими ломтиками, птицу нарубают на порционные куски.

Подготовленные мясопродукты укладывают на блюдо, рядом размещают гарнир, блюдо красиво оформляют. Соус подают отдельно. Кроме указанных в рецептуре продуктов, можно использовать буженину, карбонаг, ветчинную шейку, корейку, грудинку, жареных индейку, дичь, кролика.

161. Мясо или язык, или поросенок заливные

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина	164	121	110	81
или баранина	164	117	109	78
или свинина	147	125	97	83
или язык говяжий	126	126	84	84
или язык бараний	143	143	96	96
или язык свиной	127	127	85	85
или поросенок	125	100	84	67
Масса отварных мясных продуктов	—	75	—	50
или телятина	180	119	120	79
Жир животный топленый пищевой	3	3	2	2
Масса жареной телятины	—	75	—	50
Морковь	4	3	3	2
Петрушка (зелень)	4	3	3	2
Желе № 897	—	125	—	75
Гарнир №№ 809, 810, 811, 816	—	50	—	50
Соус № 891	—	25	—	20
Выход	—	270	—	190

Вареные мясо, или язык, или жареную телятину режут по 1–2 куска на порцию. Отварного поросенка рубят на порции. В лоток наливают тонкий слой желе и дают ему застыть. Затем на него кладут подготовленные куски мясного продукта, сверху его украшают морковью,

зеленью, а поросенка и яйцом (по I–II кол.– 1/8 шт., по III кол.– 1/10 шт.), заливают тонким слоем желе и охлаждают. Когда желе застынет, продукты вновь заливают желе так, чтобы слой его составлял над продуктами 0,5 см. Соус подают отдельно. К поросенку можно подать соус хрен со сметаной.

Блюдо можно отпускать без соуса и гарнира.

162. Заливное из птицы или дичи, или мясных продуктов в форме

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	286	197	190	131	—	—
Масса отварной курицы	—	75	—	50	—	—
или фазан (в шт.)	1/4	1/4	1/5	1/5	—	—
или рябчик (в шт.)	3/4	3/4	1/2	1/2	—	—
или куропатка серая (в шт.)	3/4	3/4	1/2	1/2	—	—
или тетерев (в шт.)	1/4	1/4	1/6	1/6	—	—
или мясное ассорти:						
телятина	59	39	47	31	—	—
Масса отварной телятины	—	25	—	20	—	—
окорок копчено-вареный (со шкурой и костями): тамбовский, воронежский	33	25	20	15	—	—
язык говяжий	42	42	25	25	—	—
или язык свиной	42	42	25	25	—	—
или язык бараний	48	48	29	29	—	—
Масса вареного языка	—	25	—	15	—	—
Масса готовых продуктов	—	75	—	50	—	—
Желе мясное № 897	—	100	—	75	—	—
Яйцо	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10	—	—
Морковь	19	15	13	10	—	—
Огурцы	31	25	13	10	—	—
Помидоры свежие	29	25	24	20	—	—
Горошек зеленый консервированный	23	15	15	10	—	—
Капуста цветная маринованная	27	15	18	10	—	—
Салат	21	15	14	10	—	—
Соус № 891	—	30	—	20	—	—
Выход	—	328	—	225	—	—

Мясные продукты готовят, как указано в рец. №№ 568, 570, 697.

Мякоть птицы, или дичи, или телятины и язык нарезают тонкими ломтиками.

В форму наливают желе и охлаждают. Когда оно застынет у стенок формы слоем 1 см, незастывшую часть желе сливают в два-три приема, наполняют форму тонко нарезанными ломтиками птицы или дичи, или мясным ассорти, а также фигурно нарезанными овощами и салатом. Каждый слой продуктов заливают желе и охлаждают.

Заливное готовят в порционных формах.

Перед подачей форму опускают на несколько секунд в горячую воду и выкладывают заливное на блюдо.

Заливное можно готовить без соуса и гарнира.

163. Курица фаршированная (галантин) или поросенок фаршированный

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	94	45	—	—
или поросенок	90	45	—	—

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свинина	27	23	—	—
Шпик	9	9	—	—
Яйца	1/4 шт.	10	—	—
Фисташки	16	8	—	—
или горошек зеленый консервированный	12	8	—	—
Молоко	35	35	—	—
Мускатный орех	0,1	0,1	—	—
Перец молотый	0,01	0,01	—	—
Масса полуфабриката	—	129	—	—
Масса готовой фаршированной курицы или поросенка	—	75	—	—
Гарнир №№ 807, 808, 809, 810	—	50	—	—
Соус №№ 887, 889, 891	—	25	—	—
Выход	—	150	—	—

На обработанной тушке курицы делают продольный надрез вдоль позвоночника и срезают целиком кожу, оставляя слой мякоти толщиной до 1 см. Из остальной мякоти приготавливают фарш. Мякоть с добавлением свинины пропускают через мясорубку два-три раза, затем через протирочную машину в несколько приемов добавляют сырые яйца, молоко и выбивают. В фарш кладут нарезанный мелкими кубиками шпик, фисташки или зеленый горошек, соль, перец, мускатный орех и перемешивают. Полученным фаршем наполняют кожу, зашивают разрез и придают изделию форму целой тушки, завертывают ее в салфетку или пергамент, перевязывают шпагатом и варят в бульоне при слабом кипении 1–1,5 ч. Готовую курицу охлаждают в бульоне, кладут под легкий пресс и ставят в холодильник для придания формы.

При отпуске курицу режут по 1–2 куска на порцию, гарнируют, соус подают отдельно.

У обработанного поросенка, разрезанного вдоль туловища (по брюшку), удаляют кости. Разрез частично зашивают, через оставшееся отверстие наполняют поросенка фаршем, после чего отверстие зашивают. Фарш приготавливают так же, как и для курицы фаршированной, но вместо мякоти кур используют мякоть поросенка. Подготовленного поросенка завертывают в салфетку или пергамент и перевязывают. Варят поросенка вместе с удаленными костями 1,5–2 ч при слабом кипении. Соль кладут в конце варки. Готового поросенка охлаждают вместе с бульоном и в дальнейшем приготавливают и отпускают, как курицу фаршированную.

164. Филе из кур или дичи фаршированное

Курица	147	53	—	—
или рябчик	1/3 шт.	53	—	—
или куропатка	1/3 шт.	53	-	—
или фазан	1/8 шт.	53	—	—
или тетерев	1/8 шт.	53	—	—
или перепела (в шт.)	1	1	—	—
или дрозды (в шт.)	1	1	—	—
Печень (телячья)	51	45	—	—
Шпик	14	13	—	—
Морковь	5	4	—	—
Сельдерей молодой (корень)	2,5	2	—	—
Лук репчатый	5	4	—	—
Мадера	5	5	—	—
Мускатный орех	0,5	0,5	—	—
Перец черный молотый	0,02	0,02	—	—
Масса фарша	—	41	—	—
Масса припущенного фаршированного филе	—	80	—	—
Желатин	2	2	—	—
Масса желе	—	20	—	—
Гарнир № 815	—	50	—	—
Соус № 884 или № 887	—	30	—	—
Выход	—	180	—	—

На шпике обжаривают нарезанные коренья, лук и печень, затем обжаренные продукты дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой. В фарш добавляют мускатный орех в порошке, перец, мадеру и тщательно перемешивают. Печень телячью можно заменить печенью куриной.

На зачищенное и тонко отбитое филе птицы или дичи кладут фарш, края филе завертывают, придают ему цилиндрическую форму и припускают до готовности. Затем охлаждают и заливают желе слоем 1–2 мм, приготовленным из куриного бульона с добавлением желатина.

Подают по 1–2 штуки на порцию.

Перепелов и дроздов, которые весят в среднем 50 г, фаршированными подают по 2–3 штуки на порцию.

165. Паштет из печени

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Печень говяжья	1063	882/600[1]	1240	1029/700[1]	1329	1103/750[1]
или печень свиная, или баранья, или телячья	1002	882/600[1]	1169	1029/700[1]	1253	1103/750[1]
Масло сливочное	100	100	75	75	50	50
Шпик	156	150	104	100	52	50
Лук репчатый	119	100/50[1]	119	100/50[1]	119	100/50[1]
Морковь	93	74/50[1]	93	74/50[1]	93	74/50[1]
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Молоко или бульон	50	50	50	50	50	50
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] В графе нетто в числителе указана масса продуктов нетто, в знаменателе – масса готового продукта.

Нарезанные лук, морковь поджаривают со шпиком до полуготовности, добавляют нарезанную печень, специи, все жарят и пропускают два раза через мясорубку с частой решеткой, добавляют две трети нормы размягченного сливочного масла, молоко или бульон и тщательно вымешивают. Формуют в виде батона и оформляют маслом и рубленым яйцом. Вместо масла сливочного для паштета можно использовать куриный, утиный или гусиный жир.

Отпускают паштет по 30–100 г на порцию.

166. Паштет из дичи или птицы, или мяса в тесте

	БРУТТО	НЕТТО
Курица	952	656/250[1]
или гусь	953	629/250[1]
или рябчик (в шт.)	3	3
или куропатка серая (в шт.)	3	3
или тетерев (в шт.)	1	1
или фазан (в шт.)	1	1
или свинина	432	368/250[1]
или телятина	602	397/250[1]
или баранина	555	397/250[1]
Печень (телячья)	418	368/250[1]
Шпик	125	120
Лук репчатый	95	80/40[2]
Морковь	71	57/39[2]
Петрушка (корень)	75	56/35[2]
Перец черный молотый	0,08	0,08
Масса паштета	—	760[3]
Мука пшеничная	150	150
Маргарин столовый	60	60
Сахар	12	12
Яйца	1 шт.	40
Сметана	50	50
Масса теста	—	300

[1] В графе нетто в числителе указана масса нетто, в знаменателе – масса отварной мякоти без кожи птицы и жареных мясных продуктов.

[2] В графе нетто в числителе указана масса нетто, в знаменателе – масса пассерованных овощей.

[3] В том числе 50 г бульона.

	БРУТТО	НЕТТО
Масса полуфабриката	—	1060
Масса готового паштета в тесте после выпечки	—	850
Желатин	18	18
Масса желе	—	150
Выход	—	1000

Для приготовления паштета печень нарезают, обжаривают с луком и морковью и 1/2 частью шпика, дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой. Отдельно пропускают вареную мякоть птицы или дичи, выбивают ее с добавлением бульона, смешивают с печенью и оставшимся шпиком, нарезанным мелкими кубиками, и заправляют перцем.

Пресное сдобное тесто, приготовленное из муки, маргарина, сахара, яиц и сметаны, раскатывают в длинную полосу толщиной 5 мм, кладут на него паштет, закрывают такой же полосой теста и плотно соединяют края.

На поверхности изделия делают несколько проколов, смазывают яйцами и выпекают при температуре 220–240 °С 10–12 мин. Готовое изделие охлаждают, образовавшиеся между тестом и фаршем пустоты заливают полузастывшим желе, приготовленным из бульона с добавлением желатина. Паштет в тесте можно готовить в специальных формах.

Мясной паштет готовят так же, как из птицы или дичи.

Отпускают паштет порциями по 30–100 г.

167. Студень из говядины

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина II категории (котлетное мясо)	—	—	858	858/375[1]	572	572/250[1]
Желатин	—	—	12	12	15	15
Морковь	—	—	40	32	40	32
Петрушка (корень)	—	—	32	24	—	—
Лук репчатый	—	—	40	34	40	34
Чеснок	—	—	5	4	5	4
Лавровый лист	—	—	0,2	0,2	0,2	0,2
Перец черный горошком	—	—	0,5	0,5	0,5	0,5
Выход	—	—	—	1000	—	1000

[1] В числителе указана масса мяса брутто, в знаменателе – масса готового мяса.

Промытое мясо, не отделяя от костей, заливают холодной водой (на 1 кг мяса 1,5–2 л воды) и варят при слабом кипении 3–5 час. За час до окончания варки кладут овощи. Сваренное мясо вынимают из бульона, освобождают от костей, мелко рубят или пропускают через мясорубку, снова соединяют с процеженным бульоном, солят (20–22 г на 1 кг студня), варят 20–25 мин, добавляют подготовленный желатин, дают еще раз прокипеть. По окончании варки добавляют растертый чеснок. Студень разливают в противни или формы и ставят на холод для застывания. Отпускают студень по 100–150 г на порцию с соусом хрен № 891.

Студень можно готовить без чеснока.

При поступлении мясных крупнокусковых полуфабрикатов мясо и кости варят отдельно.

168. Студень из свинины

Свинина обрезная (котлетное мясо)	—	—	749	749/375[1]	500	500/250[1]

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Желатин		-	12	12	15	15
Овощи и специи, как в рец. № 167						
Выход	—	—	—	1000	—	1000

[1] В числителе – масса мяса брутто, в знаменателе - масса вареного мяса

Студень варят и отпускают, как описано в рец. № 167.

169. Студень из говядины и свинины

Говядина II категории (котлетное мясо)	—		428	428/187[1]	287	287/125[1]
Свинина обрезная (котлетное мясо)	—	—	374	374/187[1]	249	249/125[1]
Кости свиные	—	—	64	—	49	—
Желатин	—	—	12	12	15	15
Овощи и специи, как в рец. № 167						
Выход	—	—	—	1000		1000

[1] В числителе – масса мяса брутто, в знаменателе - масса вареного мяса.

Кости варят 4–5 ч, говядину – 3–3,5 ч, свинину - 2–2,5 ч. Далее студень готовят так, как описано в рецептуре № 167.

170. Студень говяжий

Говядина II категории (котлетное мясо)	—	—	400	400/170[1]	—	—
или рубцы	—	—	400	380/200[1]	—	—
или голова говяжья	—	—	800	200[2]	—	—
или голова баранья	—	—	600	210[2]	—	—
Путовый сустав говяжий	—	—	400	136[2]	600	204[2]
или ноги бараньи	—	—	400	168[2]	600	252[2]
или уши говяжьи	-	-	200	180[2]	400	360[2]
или губы говяжьи	—	—	250	175[2]	400	280[2]
Овощи и специи, как в рец. № 167						
Выход	—	—		1000		1000

[1] В числителе – масса продуктов брутто, в знаменателе – масса отварных продуктов.
[2] Масса отварных продуктов.

Обработанные субпродукты рубят, промывают, заливают холодной водой в количестве 2 л на 1 кг продукта и варят при слабом кипении в течение 6–8 ч, периодически снимая жир. Если для приготовления студня используется мясо, то его добавляют через 3–4 ч после закладки субпродуктов. За 1 ч до окончания варки кладут овощи и специи. У сварившихся субпродуктов отделяют кости, хрящи и сухожилия.

В остальном готовят и отпускают так же, как студень из говядины № 167.

171. Студень свиной

Свинина обрезная (котлетное мясо)	—	—	360	360/180[1]	—	—
или рубцы	—	-	400	380/200[1]	—	—
или голова свиная	—	—	455	446/200[2]	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТС
Ноги свиные	—	—	400	180[2]	600	260[2]
или уши свиные	—	—	200	180[2]	400	360[2]
или губы говяжьи (без челюстных костей).	—	—	250	175[2]	400	280[2]
Овощи и специи, как в рец. № 167						
Выход	—	—	—	1000	—	1000

[1]В числителе – масса продуктов брутто, в знаменателе – масса отварных продуктов.
[2]Масса отварных продуктов.

Студень готовят и отпускают, как описано в рецептуре № 167.

Свиное мясо варят 2-2,5 ч; подготовленные субпродукты (ноги, рубец, головы) (с. 517) – 6 ч, губы и уши – 3-3,5 ч.

172. Студень из свиных голов

	БРУТТО	НЕТТО
Головы свиные	681	667/300[1]
Желатин	10	10
Овощи и специи, как в рец. № 167 (кол. II).		
Выход	—	1000

[1]В числителе – масса голов нетто, в знаменателе – масса вареного продукта.

Подготовленные головы разрубают, промывают, заливают водой (в соотношении 1 : 1,5 или 1 : 2) и варят при слабом кипении 6 ч. За 1 ч до окончания варки добавляют овощи. Головы вынимают, отделяют мякоть и мелко рубят. Процеженный бульон соединяют с измельченной мякотью, солью и специями, варят 10 мин, добавляют подготовленный желатин, дают еще раз прокипеть. По окончании варки добавляют растертый чеснок, охлаждают и оставляют для застывания.

Отпускают по 100-150 г на порцию.

173. Студень из субпродуктов птицы

Головы, ноги, крылья, шеи, желудки	—	1500
Желатин	15	15
Овощи и специи, как в рец. № 167 (кол. III)		
Выход	—	1000

Обработанные субпродукты заливают холодной водой в количестве 1,5 л на килограмм продукта и варят при слабом кипении в течение 4 ч, периодически снимая жир. Далее готовят и отпускают, как описано в рец. № 167.

СУПЫ

Супы готовят вегетарианскими, на бульонах (костном, мясо-костном, рыбном, из птицы), а также на грибных, овощных, фруктовых отварах, молоке, квасе, молочно-кислых продуктах (кефире, простокваше).

В состав супов входят разнообразные продукты – картофель, овощи, крупы, бобовые, макаронные изделия и др.

Супы делятся на две группы – горячие и холодные; в особую группу выделяются сладкие супы, которые можно подавать горячими и холодными.

ГОРЯЧИЕ СУПЫ

В группу горячих супов входят заправочные, пюреобразные, молочные и прозрачные супы.

Рецептуры супов рассчитаны на выход 1000 г. Норма отпускаемой порции супов может быть 500, 400, 300, 250 г в зависимости от спроса потребителей.

Супы по приведенным ниже рецептурам можно готовить с различными мясными, рыбными и другими продуктами, которые закладывают в супы в соответствии с указанными в таблице 5 нормами, рассчитанными на порцию супа 500 г.

При отпуске супов с мясными, рыбными и другими продуктами выход супа увеличивается соответственно массе заложенных продуктов.

При уменьшении порции супа закладку продуктов можно оставить такой же или соответственно уменьшить в зависимости от сложившейся до введения настоящего Сборника практики отпуска их к супам.

Ниже приводятся сведения, которые необходимо знать для правильного приготовления супов.

1. Нормы жира указаны в рецептурах на вегетарианские супы. При изготовлении супов на костном бульоне или с говядиной, бараниной, свининой, гусем, уткой и другими мясопродуктами норма вложения жира, указанная в рецептуре, не должна превышать 10 г на 1000 г супа. Жир используется для пассерования овощей.

2. В рецептурах горячих супов не предусмотрена закладка сметаны, используемой при отпуске блюд, кроме «Солянок». Норма закладки сметаны (10 г на порцию) указана в таблице 5.

3. Нормы закладки основных овощей (картофеля, капусты, свеклы и т. п.), указанные в рецептурах, могут быть изменены (увеличены или уменьшены), но не более чем на 10-15%, при условии сохранения общей массы закладываемых овощей.

При отсутствии овощей, которые входят в рецептуру в небольшом количестве, например, репа, брюква, сельдерей, пастернак и т. п., они могут быть заменены другими соответствующими овощами, входящими в рецептуру.

В помещенных ниже рецептурах не указывается норма закладки перца сладкого. Для улучшения вкуса супов рекомендуется добавлять его в борщи, щи и овощные супы массой 20-40 г нетто на 1000 г супа, при этом соответственно уменьшается закладка других овощей.

4. Замена одних продуктов другими должна производиться в соответствии с таблицей 36 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

5. Специи и соль в рецептурах не указаны, но их следует вводить во все супы, кроме молочных, пюреобразных и сладких, в следующем количестве: перец горошком – 0,1 г, лавровый лист – 0,04 г и соль – 6–10 г на 1000 г супа, норма закладки соли в молочные супы – 6 г, в пюреобразные – 6–10 г на 1000 г супа. Специи и соль кладут в суп за 5–10 мин до окончания варки.

6. Зелень (петрушка, укроп, сельдерей) также не указана в рецептурах, но ее следует добавлять мелконарезанной во все супы, кроме молочных, сладких, некоторых пюреобразных, для улучшения их вкуса в количестве 2–3 г нетто на порцию.

7. Овощи для заправочных супов нарезают соответственно установленной форме для каждого вида супа.

8. Морковь, репу, лук, томатное пюре перед закладкой в супы пассеруют. Это улучшает вкусовые качества и внешний вид супа. Петрушку и сельдерей следует класть в суп сырыми за 20–25 мин до окончания варки. Стручки сладкого перца перед использованием промывают, надрезают мякоть вокруг стебля и удаляют его вместе с семенами. Затем перец мелко шинкуют и закладывают в суп в пассерованном или сыром виде.

9. Для пассерования овощей целесообразно использовать следующие жиры: кулинарные («Белорусский», «Украинский», растительное сало), жир животный топленый пищевой, топленое масло, сливочное масло (для приготовления солянок) и др., а также жиры, снятые с бульонов в процессе их варки. Для грибных, рыбных, вегетарианских супов можно использовать растительные жиры.

10. При приготовлении супов следует строго придерживаться установленных сроков варки продуктов (таблица 35), закладывать их в котел в необходимой последовательности, так как при длительной варке теряется значительная часть витаминов, снижаются вкусовые качества супов, а картофель, овощи и другие продукты перевариваются, теряют свою форму.

11. При варке супов, в которые входят соленые огурцы, уксус или щавель, в первую очередь закладывают картофель. И только через некоторое время – продукты, содержащие кислоту, так как картофель под действием кислоты плохо разваривается. Необходимо, чтобы после закладки каждого вида продукта бульон снова быстро закипал.

12. Варить супы следует при слабом кипении, так как при бурном кипении вместе с паром улетучиваются ароматические вещества, содержащиеся в овощах, кроме того, овощи сильно развариваются, изменяя форму.

13. Муку для заправки супов используют высшего и 1-го сорта. Муку просеивают, пассеруют без жира до светло-желтого цвета, охлаждают, разводят небольшим количеством холодного бульона или овощного отвара (4 л на 1 кг муки), размешивают веничком для получения однородной массы, процеживают. Заправляют ею суп за 5–10 мин до окончания варки.

14. При приготовлении супов с мясными и рыбными продуктами их кладут в прогретом виде в порционную посуду с супом перед отпуском.

15. При отпуске горячие супы должны иметь температуру 75–80°С.

Таблица 5

Нормы закладки продуктов на порцию супа (500 г)

Наименование продуктов	Колонка I			Колонка II			Колонка III		
	Масса продукта брутто, г	Масса продукта нетто или полуфабриката, г	Масса готового продукта, г	Масса продукта брутто, г	Масса продукта нетто или полуфабриката, г	Масса готового продукта, г	Масса продукта брутто, г	Масса продукта нетто или полуфабриката, г	Масса готового продукта, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Мясные продукты									
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	50	76	56	35	54	40	25
Бекон соленый (с костью)	60	60	50	42	42	35	30	30	25
Телятина (грудинка)	118	78	50	83	55	35	59	39	25
Баранина (лопатка, грудинка)	109	78	50	77	55	35	55	39	25
Свинина (лопатка, шея, грудинка)	97	83	50	68	58	35	49	42	25
Голова говяжья	200	200	50	140	140	35	100	100	25
Голова свиная без мозгов	113	111	50	80	78	35	57	56	25
Голова баранья (без языка и мозгов)	143	143	50	100	100	35	71	71	25
Телятина (крупные куски)	118	78	50	83	55	35	59	39	25
Почки говяжьи (мороженые)	121	104	50	85	73	35	60	52	25
Языки говяжьи (мороженые)	84	84	50	59	59	35	42	42	25
Языки свиные (мороженые)	85	85	50	59	59	35	42	42	25
Сердце (мороженое)	98	83	50	68	58	35	49	42	25
Мозги (мороженые)	84	67	50	59	47	35	41	33	25
Вымя говяжье (охлажденное)	91	91	50	64	64	35	45	45	25
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	66	50	50	46	35	35	33	25	25
Окорок сырокопченый (со шкурой и костями), используемый в вареном виде: сибирский, советский, тамбовский, воронежский и лопатка	77	77	50	54	54	35	39	39	25
Грудинка копченая, используемая в вареном виде (со шкурой без костей)	57	57	50	40	40	35	29	29	25

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Корейка копченая, используемая в вареном виде (со шкурой без костей)	57	57	50	40	40	35	28	28	25
Сосиски (бараньи, говяжьи, молочные, русские, свиные)	51	50	50	41	40	40	31	30	30
Сардельки (говяжьи, свиные)	51	50	50	41	40	40	31	30	30
Шпик	52	50	50	36	35	35	26	25	25
Пельмени	—	92	100	—	69	75	—	46	50
Клецки мучные	—	58	65	-	58	65		58	65
Клецки манные	—	66	65	-	66	65	—	66	65
Фрикадельки мясные	—	100	75	-	67	50		47	35
Консервы[1]									
Мясо тушеное (говядина, баранина, свинина) или говядина отварная в собственном соку	—	50	50		35	35	—	25	25
Макаронные изделия с мясом	—	100	100	—	75	75		50	50
Фасоль, горох или чечевица с мясом	—	125	125	-	100	100		75	75
Фасоль или горох со шпиком или свиным жиром в томатном соусе	—	100	100	-	75	75	-	50	50
Консервы рыбные в томатном соусе	—	53	50	-	37	35	—	26	25
Консервы в собственном соку (кроме крабов)	—	53	50		37	35		26	25
Птица или дичь									
Куры	155	107	75	104	72	50	52	36	25
Цыплята	139	97	75	91	64	50	46	32	25
Гуси	156	103	75	105	69	50	52	34	25
Утки	159	103	75	107	69	50	53	34	25
Индейки	140	103	75	94	69	50	46	34	25
Обработанные субпродукты птицы	—	125	100	-	94	75	—	63	50
Рябчик, куропатка серая (в шт.)	1/2	1/2	1/2	1/3	1/3	1/3	1/6	1/6	1/6
Куропатка белая (в шт.)	1/3	1/3	1/3	1/4	1/4	1/4	1/8	1/8	1/8
Фазан (в шт.)	1/6	1/6	1/6	1/8	1/8	1/8	1/14	1/14	1/14
Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	—	90	75		60	50	—	30	25
Рыба[2]									
Осетр[3] (звено с кожей без хрящей ошпаренное)	109	60	50	76	42	35	55	30	25
Севрюга[3] (звено с кожей без хрящей ошпаренное)	102	60	50	71	42	35	51	30	25
Белуга[3] (звено с кожей без хрящей ошпаренное)	107	60	50	75	42	35	54	30	25
Стерлядь (порционные куски с кожей)	109	63	50	76	44	35	53	31	25
Головы рыб семейства осетровых (без жабер)	236	189	100	178	142	75	118	94	50
Судак (филе с кожей и реберными костями)	115	63	50	80	44	35	56	31	25
Сом (кроме океанического) (филе без кожи и костей)	136	61	50	96	43	35	67	30	25
Сом (кроме океанического) (филе с кожей и реберными костями)	185	96	75	123	64	50	87	45	35
Кабан-рыба (филе с кожей без костей)	191	90	75	128	60	50	89	42	35
Кабан-рыба (филе с кожей и реберными костями)	170	90	75	113	60	50	79	42	35
Карась океанический[4] (филе с кожей и реберными костями)	150	90	75	100	60	50	70	42	35
Карась океанический[4] (филе с кожей без костей)	176	90	75	118	60	50	82	42	35

[1] Консервы применяют вместо говядины, свинины, баранины или рыбы.

[2] Для приготовления супов могут применяться и другие виды рыб, используемые для приготовления блюд из отварной и припущенной рыбы.

[3] Норма закладки дана на соответствующую рыбу с головой.

[4] Норма закладки дана на соответствующую рыбу потрошеную, обезглавленную.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Зубатка пятнистая (пестрая)[4] (филе с кожей и реберными костями)	125	90	75	83	60	50	58	42	35
Треска[4] (филе с кожей и реберными костями)	118	91	75	79	61	50	56	43	35
Окунь[4] морской (филе с кожей и реберными костями)	129	94	75	86	63	50	60	44	35
Скумбрия азово-черноморская (филе с кожей и реберными костями)	149	94	75	100	63	50	70	44	35
Ставрида азово-черноморская непластованная	154	94	75	103	63	50	72	44	35
Сквама (филе с кожей и реберными костями)	217	91	75	145	61	50	102	43	35
Луфарь океанический (филе с кожей и реберными костями)	136	94	75	91	63	50	64	44	35
Клыкач (филе с кожей и реберными костями)	169	91	75	113	61	50	80	43	35
Хек тихоокеанский (филе с кожей и реберными костями)	182	91	75	122	61	50	86	43	35
Капитан-рыба (филе с кожей и реберными костями)	178	96	75	119	64	50	83	45	35
Сабля-рыба[4] (океаническая непластованная)	102	94	75	68	63	50	48	44	35
Мероу[4] (филе с кожей и реберными костями)	159	97	75	107	65	50	74	45	35
Макрель Индийского океана – тушка специальной разделки (филе с кожей и реберными костями)	98	86	75	65	57	50	45	40	35
Макрурус – тушка специальной разделки (филе с кожей без костей)	104	94	75	70	63	50	49	44	35
Пристипома (непластованная)	157	91	75	105	61	50	74	43	35
Бельдюга океаническая[4] (непластованная)	99	94	75	66	63	50	46	44	35
Мерланг[4] (филе с кожей и реберными костями)	122	94	75	82	63	50	57	44	35
Налим речной и озерный неразделанный (филе без кожи с реберными костями)	212	91	75	142	61	50	100	43	35
Горбуша (филе с кожей и реберными костями)	100	61	50	70	43	35	49	30	25
Филе нототении мраморной необесшкуренное, выпускаемое промышленностью	101	96	75	67	64	50	47	45	35
Филе палтуса необесшкуренное, выпускаемое промышленностью	99	91	75	66	61	50	47	43	35
Фрикадельки рыбные	—	125	100	—	95	75	—	63	50
Крабы консервированные	63	50	50	44	35	35	31	25	25
Сметана (для отпуска блюд)[5]	—	—	10	—	—	10	—	—	10

[5]Норма сметаны может быть увеличена до 15 или 25 г на порцию.

Использование консервов

Банки с консервами обмывают, вытирают, вскрывают, содержимое выкладывают в посуду и нагревают до кипения при закрытой крышке.

В прогретых консервах (говядина отварная, говядина, баранина, свинина тушеная) отделяют жир и бульон и вводят их в суп за 5–10 мин до окончания варки, а мясо кладут в порционную посуду при отпуске супа. Консервы с макаронными изделиями и бобовыми вводят в суп за 5–10 мин до его готовности.

Содержание мяса и жира от массы нетто консервов должно быть следующее:

Таблица 6

№/№	Наименование консервов	Содержание мяса, не менее, %	Содержание жира, не менее, %
1.	Говядина отварная в собственном соку ГОСТ 5283–56	62,0	10,0
2.	Говядина тушеная ГОСТ 5284–56		
	а) высший сорт	46	10,5
	б) 1 сорт	54	—
	При закладке жира топленого		
	а) высший сорт	48,5	8
	б) 1 сорт	46	8
3.	Баранина тушеная ГОСТ 698–56		
	а) высший сорт	46	10,5
	б) 1 сорт	54	—
	При закладке жира топленого		
	а) высший сорт	48,5	8
	б) 1 сорт	46	8
4.	Свинина тушеная ГОСТ 697–56	49,5	9,5
5.	Макаронные изделия с мясом ГОСТ 10907–64	20	6
6.	Фасоль, горох или чечевица с мясом ГОСТ 8687–65	15	3
7.	Фасоль или горох со шпиком или свиным жиром в томатном соусе ГОСТ 17649–72	—	4

При использовании для приготовления супов консервов – говядина отварная, говядина, баранина и свинина тушеные – норма жира, указанная в рецептурах, может быть уменьшена на 4–10 г на 1000 г супа в зависимости от нормы вложения консервов.

Приготовление бульона

Бульоны для супов варят из пищевых костей, а также пищевых костей и мясопродуктов, птицы, костей и субпродуктов птицы, рыбы и ее пищевых отходов.

Важное значение имеет правильное дозирование количества воды при варке бульона с учетом выкипания и других производственных потерь. Расход воды на приготовление бульона в рецептурах рассчитан на оптимальный режим варки. Эти потери не являются стабильными и зависят от ряда факторов (продолжительности и режима варки, вида и емкости теплового оборудования, массы бульона и др.).

Бульоны можно готовить концентрированными.

Концентрированным мясным и рыбным бульоном считается бульон, выход которого составляет 1 л из 1 кг костей, мясных продуктов или пищевых рыбных отходов. Концентрированные бульоны разводят до требуемого объема в соответствии с нормой закладки сырья на одну порцию. Так, например, при норме 100 г костей следует брать на одну порцию 100 г мясного концентрированного бульона.

Для варки бульонов могут быть использованы бульонные кубики. В этом случае супы варят на воде без добавления соли, а кубики предварительно растворяют в небольшом количестве горячей воды и вводят в готовый суп за 15–20 мин до его отпуска. На порцию супа (500 г) расходуют по 2 кубика (8 г).

174. Бульон костный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кости пищевые[1]	400	400	300	300	250	250
Морковь	13	10	10	8	10	8
Петрушка (корень)	11	8	8	6	7	5
Лук репчатый	12	10	10	8	10	8
Вода	1220	1220	1250	1250	1250	1250
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1]К пищевым костям относятся: говяжьи – суставные головки трубчатых костей, грудные, позвоночные и крестцовые кости; свиные и бараньи – позвоночные, грудные, тазовые, трубчатые и крестцовые кости. Реберные и лопаточные кости говяжьих туш для приготовления бульонов не используют; их сдают на техническую переработку. Позвоночные кости используют для приготовления соусов.

При приготовлении бульона пищевые кости измельчают для более полного извлечения питательных веществ.

Позвоночные и плоские кости рубят поперек на части, размером 5–6 см, суставные головки трубчатых костей разрубают на несколько частей, трубки оставляют целыми.

Говяжьи кости молодняка и свиные слегка обжаривают в жарочном шкафу для улучшения вкуса и внешнего вида бульона. Подготовленные кости заливают холодной водой и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона из говяжьих костей 3,5–4 ч, свиных и бараньих – 2–3 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30–40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), подпеченные лук репчатый и морковь, соль.

Морковь и лук нарезают на половинки (крупные корнеплоды следует разрезать вдоль на несколько частей), кладут нарезанной стороной на чистые сухие чугунные сковороды и подпекают без жира до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания. Можно также положить в бульон стебли петрушки, сельдерея, укропа, очищенные обрезки моркови, лука, белых кореньев. Готовый бульон процеживают.

Мясо-костный бульон готовят так же, как бульон костный. За 2–3 ч до окончания варки кладут куски мяса массой 1,5–2 кг. Это обеспечивает более высокие вкусовые качества не только бульона, но и мяса. Кроме того, бульон получается более прозрачным.

Для бульонов из птицы используют кости, субпродукты (сердца, желудки, шеи, головы, ноги, крылья, кожу шеи), целые тушки птицы. Кости рубят на мелкие части, тушки птицы заправляют и заливают холодной водой, быстро доводят до кипения, а затем варят до готовности при слабом кипении 1–2 ч.

В процессе варки снимают пену и жир. За 30–40 мин до готовности бульона в него добавляют петрушку (корень), подпеченные морковь и лук репчатый в соответствии с рец. № 174. Готовый бульон процеживают.

При одновременном использовании костей, субпродуктов и целых тушек сначала варят кости и субпродукты, а целые тушки кладут позже в соответствии со сроками их варки.

Для варки рыбных бульонов используют пищевые отходы, получаемые при обработке свежей или свежемороженой рыбы.

К пищевым отходам относятся головы, кости, кожа, плавники. Из голов предварительно удаляют жабры, а из крупных голов – и глаза. Крупные головы и позвоночные кости разрубают на части. Подготовленные пищевые отходы заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают образующуюся на поверхности бульона пену, добавляют петрушку (корень) и лук репчатый в соответствии с рец. № 174 и варят 40–50 мин при слабом кипении. Готовый бульон процеживают.

При варке бульона из голов рыб семейства осетровых через час после начала варки головы вынимают, отделяют мякоть, а хрящи продолжают варить до размягчения 1–1,5 ч. Готовый бульон процеживают. Вареную мякоть и хрящи нарезают, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и используют при отпуске блюд.

При варке рыбного бульона, кроме пищевых отходов, используется рыба, предусмотренная для отпуска первых блюд.

ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ

В зависимости от используемых продуктов заправочные супы делятся на щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, макаронными изделиями.

Заправочные супы готовят вегетарианскими, на костном, мясо-костном, рыбном бульонах, бульонах из птицы, грибных отварах.

На бульонах костном, мясо-костном, из птицы и грибном отваре супы варят с разнообразными продуктами. На рыбном бульоне лучше готовить картофельный суп, рассольник, солянку, щи из квашеной капусты.

Для варки заправочных супов продукты подготавливают в соответствии с технологией их приготовления.

Крупы перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Перловую крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, а крупу промывают, так как отвар из нее имеет темный цвет и слизистую консистенцию, что придает супам неприятный внешний вид.

Бобовые перебирают, моют, кладут в холодную воду (2–3 л на 1 кг), фасоль и чечевицу – на 5–8 ч, лущеный горох – на 3–4 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения.

Макароны перебирают, разламывают, всыпают в кипящий бульон или воду. Макароны варят 30–40 мин, лапшу 20–25 мин, лапшу домашнюю, вермишель 10–15 мин, фигурные изделия 10–12 мин.

Томатное пюре пассеруют отдельно. Можно пассеровать томатное пюре вместе с овощами: вначале овощи пассеруют до размягчения, а затем кладут томатное пюре и пассеруют до готовности.

БОРЩИ

По составу используемых продуктов, способам приготовления, а соответственно и по своему вкусу, внешнему виду борщи весьма разнообразны.

Основными продуктами, определяющими специфику борщей, являются свекла и томатное пюре. Морковь, лук, петрушку, зелень кладут во все борщи.

В зависимости от вида борща в него добавляют капусту, картофель, перец сладкий, фасоль, чернослив, грибы, клецки и различные мясные продукты. Борщи можно готовить с говядиной, бараниной, свининой, гусем, со свинокопченостями (ветчиной, грудинкой, корейкой), шпиком, сосисками, сардельками.

Овощи и картофель нарезают и подготавливают для борща по-разному, в зависимости от его вида.

Свеклу для борщей подготавливают двумя способами.

Первый способ:

Свеклу, нарезанную соломкой или ломтиками, тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томатного пюре, уксуса, жира и небольшого количества бульона или воды (15–20% к массе свеклы).

Свекла, тушенная без уксуса, быстрее доходит до готовности, но обесцвечивается, поэтому для сокращения времени приготовления и сохранения цвета свеклы уксус и томатное пюре добавляют в нее за 10 мин до окончания тушения.

При тушении необходимо следить за интенсивностью нагрева. После доведения жидкости до кипения нагрев уменьшают, так как бурное кипение вызывает улетучивание уксуса.

Второй способ:

Свеклу варят целиком, очищенную с добавлением уксуса или неочищенную без уксуса. В последнем случае после варки свеклу очищают от кожицы. Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, кладут в борщ одновременно с пассерованными овощами и томатным пюре.

Приготовление борща со свеклой, подготовленной по второму способу, проще; кроме того, окраска борща получается ярче и вкус нежнее. Этот способ рекомендуется для варки борща с картофелем.

Свежую белокочанную капусту шинкуют или нарезают квадратиками (в том случае, когда свеклу нарезают ломтиками).

Квашеную капусту тушат. Для этого капусту перебирают, крупные экземпляры измельчают, кладут в котел, добавляют жир (10–15%), бульон или воду (20–25% от массы капусты) и тушат 1,5–2,5 ч, периодически помешивая.

Морковь, лук репчатый шинкуют и пассеруют.

В кипящий бульон или воду закладывают свежую капусту, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют тушеную свеклу, белые коренья, пассерованные морковь, лук и варят 10–15 мин, после чего борщ заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, кладут сахар, соль и варят до готовности. Подготовленную квашеную капусту закладывают одновременно со свеклой. В предприятиях III категории борщ можно готовить без петрушки.

При изготовлении борща с картофелем его кладут в котел до закладки свеклы, так как, если его добавить одновременно с тушеной свеклой или после, он долго не разварится.

Красный цвет борщу можно придать настоем свеклы. Для его приготовления используют свеклу наиболее яркой окраски, нарезанную тонкими ломтиками или натертую на терке. Подготовленную свеклу закладывают в кастрюлю или котел, заливают горячим бульоном или водой (2 л бульона на 1 кг свеклы), добавляют уксус, доводят до кипения, настаивают на борту плиты 20–30 мин и процеживают.

Промышленность выпускает для предприятий общественного питания полуфабрикат для борща – борщевую заправку, которую следует широко использовать.

Борщи отпускают со сметаной.

К борщам можно подавать крупеник (рец. № 418) по 100–150 г на порцию или ватрушки (рец. № 1098) по 2 шт. на порцию.

175. Борщ

	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	200	160
Капуста свежая	150	120
или квашеная	171	120
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Кулинарный жир	20	20
Сахар	10	10

	БРУТТО	НЕТТО
Уксус 3%-ный	16	16
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную капусту и варят 10–15 мин. Затем кладут тушеную свеклу (с. 75), пассерованные овощи и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, специи. При использовании квашеной капусты ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 1000 г борща).

176. Борщ с капустой и картофелем

Свекла	200	160
Капуста свежая	100	80
или квашеная	86	60
Картофель	107	80
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Кулинарный жир	20	20
Сахар	10	10
Уксус 3%-ный	16	16
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10–15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу (с. 75) и варят борщ до готовности. За 5–10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, специи. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 1000 г борща).

177. Борщ с картофелем

Свекла	204	160[1]
Картофель	267	200
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	20	20
Сахар	6	6
Уксус 3%-ный	16	16
Бульон или вода	700	700
Выход	—	1000

[1]Масса вареной очищенной свеклы.

Картофель нарезают брусочками, закладывают в кипящий бульон или воду и варят 10–15 мин, затем кладут подготовленную вареную свеклу (с. 75), пассерованные овощи и томатное пюре, за 5–10 мин до готовности добавляют соль, сахар, специи.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
178. Борщ с черносливом и грибами						
Чернослив	40	60[1]	40	60[1]	40	60[1]
Грибы белые сушеные	10	10	8	8	6	6
Масса вареных грибов	—	20	—	16	—	12
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Остальные продукты, как в рец. № 175 (кроме бульона или воды)						
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1]Масса вареного чернослива.

Борщ готовят, как в рец. № 175. Сушеные грибы заливают водой и оставляют в ней на 10–15 мин, затем промывают несколько раз, меняя воду. Тщательно промытые сушеные грибы заливают холодной водой (7 л воды на 1 кг грибов), оставляют на 3–4 ч для набухания и затем варят в той же воде до готовности. Полученный отвар процеживают, грибы промывают, нарезают соломкой и добавляют вместе с отваром в борщ за 10–15 мин до окончания варки.

Подготовленный чернослив варят отдельно до готовности, отвар добавляют в борщ. Вареный чернослив кладут в борщ при отпуске.

	БРУТТО	НЕТТО
179. Борщ московский		
Кости свинокопченостей	50	50
Масло сливочное	16	16
Остальные продукты, как в рец. № 175 (кроме жира)		
Выход	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
На порцию 500 г:						
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	54	40	43	32	33	24
Окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	33	25	26	20	20	15
Сосиски	26	25	21	20	15,5	15
Масса готового мяса	—	25	—	20	—	15
Масса готового окорока	—	25	—	20	—	15
Масса готовых сосисок	—	25	—	20	—	15
Масса готового набора	—	75	—	60	—	45

Бульон варят с добавлением костей свинокопченостей. Все овощи шинкуют, свеклу тушат, морковь и лук пассеруют. В остальном борщ готовят, как в рец. № 175 с капустой свежей. Вареное мясо, окорок, сосиски нарезают по одному куску на порцию, заливают бульоном, доводят до кипения, проваривают 3–5 мин и кладут в борщ при отпуске.

	БРУТТО	НЕТТО
180. Борщ флотский		
Кулинарный жир	16	16
Остальные продукты, как в рец. № 176 (кроме жира)		
Выход	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свинокопчености на порцию 500 г						
Бекон соленый (с костью)	60	50[1]	42	35[1]	30	25[1]
или грудинка копченая (со шкурой без костей)	57	50[1]	40	35[1]	29	25[1]
или корейка копченая (со шкурой без костей)	57	50[1]	40	35[1]	28	25[1]

[1] Масса свинокопченостей в отварном виде.

Бульон варят с добавлением свинокопченостей.

Овощи нарезают ломтиками, капусту – шашками, картофель – кубиками. В остальном борщ готовят, как в рец. № 176. Вареные свинокопчености нарезают по 1–2 куска на порцию и кладут в борщ при отпуске.

Свинокопчености можно отпускать без шкуры, при этом норма вложения массой брутто соответственно увеличивается.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
181. Борщ с фасолью				
Свекла	200	160	200	160
Капуста свежая	100	80	100	80
или квашеная	86	60	86	60
Фасоль	40	40	40	40
Морковь	50	40	25	20
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Томатное пюре	30	30	30	30
Кулинарный жир	20	20	20	20
Сахар	6	6	2	2
Уксус 3%-ный	16	16	16	16
Бульон или вода	800	800	800	800
Выход	—	1000	—	1000

Капусту нарезают шашками, остальные овощи – ломтиками. Борщ варят обычным способом. Фасоль, предварительно сваренную, кладут в борщ за 5–10 мин до окончания его варки.

В борщ можно добавить чеснок, растертый с солью (3 г нетто на 1000 г борща).

	БРУТТО	НЕТТО
182. Борщ с фасолью и картофелем		
Свекла	200	160
Картофель	133	100
Фасоль	40	40
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Кулинарный жир	20	20

	БРУТТО	НЕТТО
Чеснок	4	3
Сахар	6	6
Уксус 3%-ный	16	16
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, и варят 10–15 мин, затем добавляют тушеную свеклу, пассерованные овощи, за 5–10 мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, добавляют сахар, специи, растертый с солью чеснок и доводят до готовности.

183. Борщ сибирский

Свекла	200	160
Капуста свежая	100	80
или квашеная	86	60
Картофель	53	40
Фасоль	40	40
Морковь	50	40
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Кулинарный жир	16	16
Чеснок	5	4
Сахар	10	10
Уксус 3%-ный	6	6
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фрикадельки мясные готовые № 184 на порцию 500 г	—	75	—	50	—	35

Борщ готовят, как указано в рец. № 181 с добавлением картофеля.

Фрикадельки припускают отдельно в бульоне и кладут в борщ при отпуске. Борщ можно отпускать с добавлением окорока вареного по 20–30 г на порцию по I и II колонкам. В этом случае масса фрикаделек уменьшается на 50%. Чеснок, растертый с солью, вводят одновременно со специями.

184. Фрикадельки мясные

	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	1549	1140
или баранина	1594	1140
или свинина	1338	1140
Лук репчатый	119	100
Вода	100	100
Яйца	2 шт.	80
Масса полуфабриката	—	1340
Выход	—	1000

Мясо пропускают через мясорубку 2–3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, черным молотым перцем, солью и хорошо размешивают. Сформованные шарики массой 8–10 г припускают в бульоне до готовности.

Хранят фрикадельки на мармите в бульоне.

	БРУТТО	НЕТТО
185. Борщ с клецками		
Кулинарный жир	10	10
Шпик	10,4	10
Остальные продукты, как в рец. № 176 (кроме жира)		
Выход	—	1000
Клецки готовые №№ 416, 1105 на порцию 500 г	—	65

Борщ готовят, как указано в рец. № 176.

Шпик растирают и кладут в борщ одновременно с овощами.

Клецки варят отдельно в подсоленной воде или бульоне небольшими партиями и кладут в борщ при отпуске. Борщ можно готовить и без шпика. В этом случае количество жира увеличивается на 10 г.

Этот борщ рекомендуется варить с гусем или уткой.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
186. Борщ зеленый						
Свекла	151	118[1]	151	118[1]	151	118[1]
Картофель	160	120	267	200	267	200
Фасоль	40	40	—	—	—	—
Морковь	50	40	50	40	—	—
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	24	20
или зеленый	38	30	38	30	38	30
Щавель	132	100	132	100	184	140
Шпинат	135	100	135	100	189	140
Мука пшеничная	6	6	6	6	6	6
Кулинарный жир	20	20	20	20	20	20
Сахар	6	6	6	6	6	6
Уксус 3%-ный	10	10	10	10	10	10
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Бульон или вода	600	600	600	600	600	600
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

Щавель и шпинат припускают в бульоне или воде по отдельности и протирают или мелко нарезают. Фасоль предварительно отваривают. В кипящий бульон или воду закладывают картофель, пассерованные овощи и варят почти до готовности. За 5–10 мин до окончания варки в борщ вводят подготовленные щавель, шпинат, фасоль, свеклу, заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, добавляют соль и сахар. Яйцо кладут в суп при отпуске.

Норма закладки яиц может быть увеличена до 1/2 шт. на порцию.

187. Борщ летний (с ботвой свеклы)						
Свекла молодая с ботвой	250	200	250	200	250	200
Картофель	200	150	107	80	267	200
Фасоль	—	—	40	40	—	—
Морковь	50	40	50	40	25	20
Петрушка (корень)	27	20	27	20	27	20
Лук-порей	53	40	53	40	53	40
или лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Кабачки	149	100	149	100	—	—
Помидоры свежие	94	80	94	80	94	80

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или томатное пюре	37	37	37	37	37	37
Кулинарный жир	20	20	20	20	20	20
Уксус 3%-ный	6	6	6	6	6	6
Бульон или вода	700	700	700	700	700	700
Выход	—	1000	-	1000	—	1000

Коренья, кабачки и лук нарезают ломтиками, картофель – крупными кубиками или брусочками, листья и черешки ботвы разрезают на части. Черешки ботвы свеклы и фасоль предварительно отваривают, морковь и лук пассеруют. В кипящий бульон или воду закладывают пассерованные морковь и лук, листья ботвы, картофель и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки добавляют подготовленные черешки ботвы, нарезанные дольками помидоры, кабачки, вареную фасоль, соль, специи, уксус. В борщ можно добавить сахар (6 г на 1000 г борща).

188. Борщ из сушеных овощей

	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	25	25
Капуста	9,5	9,5
Картофель	23	23
Морковь	5	5
Белые коренья	1,5	1,5
Лук репчатый	6,5	6,5
Томатное пюре	30	30
Мука пшеничная	6	6
Кулинарный жир	20	20
Сахар	10	10
Уксус 3%-ный	16	16
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

Сушеные овощи перебирают, промывают, заливают 10-кратным, картофель – 6-кратным количеством холодной воды и оставляют их для набухания на 3–4 ч. Морковь, белые коренья, лук замачивают вместе в одной посуде; картофель, капусту и свеклу замачивают по отдельности. Подготовленные морковь и лук пассеруют, свеклу тушат с добавлением томатного пюре, уксуса и жира.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту и картофель, варят 10–15 мин, затем добавляют тушеную свеклу, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки в суп кладут специи и заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, добавляют сахар, уксус.

Борщ рекомендуется посыпать при отпуске зеленью (укроп, петрушка), луком зеленым. Хорошо добавить перец сладкий (болгарский маринованный резаный или свежий) из расчета 30–40 г нетто на 1000 г борща, при этом соответственно уменьшается закладка других овощей.

189. Борщ украинский

Свекла	150	120
Капуста свежая	100	80
Картофель	213	160
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	21	16
Лук репчатый	36	30
Чеснок	4	3
Томатное пюре	30	30
Мука пшеничная	6	6
Шпик	10,4	10
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	20	20

	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	10	10
Уксус 3%-ный	10	10
Перец сладкий	27	20
Бульон	700	700
Выход	—	1000

Свеклу шинкуют, добавляют уксус, жир, сахар, томатное пюре и тушат до готовности с добавлением небольшого количества бульона. Морковь нашинкованную и лук, нарезанный полукольцами, пассеруют с жиром.

В кипящий бульон кладут нарезанный дольками картофель, доводят до кипения, закладывают нашинкованную капусту и варят 10–15 мин, затем добавляют тушеную свеклу и пассерованные овощи. За 5–10 мин до окончания варки вводят пассерованную муку, разведенную бульоном или водой, перец сладкий, соль, специи.

Готовый борщ заправляют перед подачей шпиком, растертым с чесноком.

Рекомендуется борщ отпускать с говядиной, свининой. Отдельно можно подать пампушки с чесноком.

190. Пампушки с чесноком

Мука пшеничная	80	80
Вода	35	35
Сахар	5	5
Дрожжи	2,5	2,5
Масло растительное	2	2
Яйца (для смазки)	1/20 шт.	2
Масса полуфабриката	—	120
Масса готового продукта	—	100
На соус:		
Чеснок	3	2
Масло растительное	5	5
Соль	1	1
Вода	25	25
Масса соуса	—	30
Выход	—	100/30

Из дрожжевого теста, приготовленного, как указано на с. 478, формуют шарики массой 30 г, укладывают их на смазанный маслом противень и оставляют для расстойки. Затем изделия смазывают яйцом и выпекают 7–8 мин.

При подаче пампушки поливают соусом. Для его приготовления чеснок растирают с солью, соединяют с растительным маслом и холодной кипяченой водой.

191. Борщ полтавский с галушками (украинское национальное блюдо)

Свекла	150	120
Капуста свежая	100	80
Картофель	213	160
Морковь	25	20
Петрушка (корень)	21	16
Лук репчатый	36	30
Шпик	10,4	10
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	10	10
Томатное пюре	30	30

	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	6	6
Уксус 3%-ный	10	10
Бульон	700	700
На галушки:		
Мука пшеничная или гречневая	60	60
Яйца	1/5 шт.	8
Бульон или вода	90	90
Соль	2	2
Масса готовых галушек	—	180
Выход	—	1000

Свеклу нарезают ломтиками, добавляют уксус, жир, сахар, томатное пюре и тушат до готовности с добавлением небольшого количества бульона. Морковь и петрушку нарезают ломтиками, лук – кубиками, пассеруют с жиром. Борщ полтавский готовят на бульоне из птицы.

В кипящий бульон кладут нарезанный кубиками картофель, доводят до кипения, закладывают нарезанную шашками капусту и варят 10–15 мин, затем добавляют тушеную свеклу, пассерованные овощи, специи и варят до готовности.

Готовый борщ заправляют перед подачей шпиком, растертым с репчатым луком. Подают борщ с гусем, курицей.

Для приготовления галушек в кипящую подсоленную воду всыпают третью часть муки, хорошо вымешивают и охлаждают, затем добавляют яйца, остальную муку и замешивают некрутое тесто, после чего тесто кладут столовой ложкой в кипящую подсоленную воду и варят до готовности.

Галушки можно приготовить другим способом: тесто раскатать до толшины 4–5 мм, нарезать квадратиками (10 × 10 мм или 15 × 15 мм) и сварить в подсоленной воде.

При отпуске в борщ кладут галушки, сметану и посыпают зеленью.

БОРЩИ ИЗ ПОЛУФАБРИКАТОВ

Для приготовления борщей используют готовые консервированные и быстрозамороженные овощные полуфабрикаты – борщевые заправки.

Борщевая заправка содержит свеклу, морковь, лук репчатый, белый корень, томат, жир, сахар, уксус, специи примерно в тех соотношениях, которые предусмотрены в рецептурах, приведенных в Сборнике. Все продукты, входящие в борщевую заправку, подвергнуты необходимой тепловой обработке и доведены до готовности. Из борщевой заправки можно приготовить любой борщ, добавляя капусту, картофель, фасоль и различные мясные продукты, предусмотренные соответствующими рецептурами.

При использовании борщевой заправки продукты, входящие в нее, исключаются из рецептуры.

Для приготовления борща из консервированной борщевой заправки в кипящий бульон или воду кладут нашинкованную свежую капусту, картофель и варят их до полуготовности (15–20 мин), затем добавляют борщевую заправку, доводят до кипения и варят еще 10–12 мин при слабом кипении. Фасоль отваривают до полной готовности и кладут ее одновременно с борщевой заправкой.

Быстрозамороженную борщевую заправку освобождают от пленки, и, не размораживая, кладут в сотейник, заливают кипящим бульоном или водой так, чтобы уровень жидкости был на 5–10 см выше продукта, и при периодическом помешивании нагревают до полного размораживания. Размороженную заправку вводят в борщ за 8–10 мин до окончания варки.

Специи, соль расходуют в количестве 50% от норм, предусмотренных Сборником рецептур блюд. В готовый борщ может быть добавлен чеснок по нормам, предусмотренным для борщей из сырых овощей. Отпускают борщ со сметаной, посыпая зеленью.

192. Борщ

	БРУТТО	НЕТТО
Борщевая заправка консервированная	158	150
или быстрозамороженная	153	150
Капуста свежая	200	160
или квашеная	171	120
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

	БРУТТО	НЕТТО
193. Борщ с картофелем		
Борщевая заправка консервированная	158	150
или быстрозамороженная	153	150
Картофель	267	200
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

194. Борщ с капустой и картофелем

	БРУТТО	НЕТТО
Борщевая заправка консервированная	158	150
или быстрозамороженная	153	150
Картофель	160	120
Капуста свежая	100	80
или квашеная	86	60
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

195. Борщ с фасолью

	БРУТТО	НЕТТО
Борщевая заправка консервированная	158	150
или быстрозамороженная	153	150
Капуста свежая	100	80
или квашеная	86	60
Фасоль	40	40
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

ЩИ

Щи приготовляют из белокочанной свежей и квашеной капусты, савойской капусты, капустной рассады, молодой крапивы, щавеля, шпината. Их можно готовить вегетарианскими, с грибами, а также на костном бульоне, с мясом и различными мясными продуктами, гусем, уткой, шпиком. Щи из квашеной капусты, кроме того, готовят с рыбой, головизной рыб семейства осетровых, снетками, хамсой, тюлькой соленой.

Для щей свежую капусту нарезают шашками в 2–3 см или шинкуют.

Раннюю капусту нарезают вместе с кочерыжкой дольками в 5–6 см.

Коренья режут дольками, соломкой или брусочками, лук – дольками или соломкой, картофель – дольками или кубиками.

Морковь и лук пассеруют.

Некоторые сорта капусты придают щам горьковатый вкус. Такую капусту перед закладкой в бульон следует бланшировать.

Квашеную капусту для щей рекомендуется предварительно тушить. Очень кислую квашеную капусту следует промыть в холодной воде и отжать. Однако надо учитывать, что при промывании квашеной капусты теряется часть содержащихся в ней питательных веществ. Капусту квашеную тушат 1,5–2,5 ч, для щей суточных – 3–4 ч.

Способ приготовления тушеной капусты указан на с. 75.

Можно также готовить щи из сырой квашеной капусты.

Для приготовления щей из квашеной капусты можно использовать полуфабрикаты, выпускаемые промышленностью, капусту тушеную стерилизованную или быстрозамороженную, которая представляет собой шинкованную квашеную капусту с пассерованными овощами (луком, морковью, белыми кореньями) с добавлением томата, пшеничной муки, сахара и специй.

Щи из свежей капусты можно подавать с пирожками (рец. № 1091), или ватрушками (рец. № 1098), или кулебякой (рец. № 1103).

Щи из квашеной капусты – с рассыпчатой гречневой кашей (рец. № 405), крупеником (рец. № 418) или ватрушками (рец. № 1098).

Щи отпускают со сметаной и посыпают зеленью.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

196. Щи из свежей капусты

Капуста белокочанная	400	320	400	320	350	280
или савойская	410	320	410	320	410	320
Репа	40	30	40	30	—	—
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Помидоры свежие	106	90	—	—	—	—
Томатное пюре	—	—	20	20	6	6
Мука пшеничная	6	6	—	—	10	10
Кулинарный жир	20	20	20	20	20	20
Бульон или вода	700	700	750	750	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную свежую капусту, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки в щи добавляют нарезанные дольками помидоры или пассерованное томатное пюре, пассерованную муку, разведенную бульоном или водой. Одновременно со специями в щи можно положить чеснок (2 г нетто на 1000 г щей), растертый с солью.

197. Щи из свежей капусты с картофелем

Капуста белокочанная	300	240	300	240	250	200
или савойская	308	240	308	240	—	—
Картофель	160	120	160	120	160	120
Репа	40	30	40	30	—	—
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	-	—	—
Помидоры свежие	94	80	—	—	—	—
Томатное пюре	—	—	20	20	—	—
Кулинарный жир	20	20	20	20	20	20
Бульон или вода	650	650	750	750	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Капусту нарезают шашками, картофель – дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель. В остальном готовят и отпускают, как указано в рец. № 196. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля. Щи по III колонке можно готовить с томатным пюре (10 г на 1000 г супа).

198. Щи зеленые

Щавель	—	—	—	—	395	300
или щавель	132	100	132	100	132	100
и шпинат	270	200	270	200	270	200
Картофель	200	150	200	150	133	100
Петрушка (корень)	40	30	—	—	—	-
Лук репчатый	36	30	48	40	48	40
Лук зеленый	38	30	—	—	—	—
Мука пшеничная	20	20	20	20	20	20
Маргарин столовый	24	24	24	24	24	24
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Бульон или вода	750	750	800	800	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Щавель припускают в собственном соку, шпинат припускают в небольшом количестве воды, затем все протирают. В кипящий бульон или воду кладут картофель и варят, затем добавляют пассерованный лук, пюре из шпината и щавеля и варят 15 мин. За 5–10 мин до окончания варки щи заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, добавляют соль, специи.

Половину шпината и щавеля можно не протирать, а положить нарезанными. Сваренное вкрутую яйцо и сметану кладут в щи при отпуске. Норма закладки яиц может быть увеличена до 1/2 шт. на порцию.

Щи зеленые можно приготовлять из консервированного щавеля, шпината или смеси щавеля и шпината. Закладка их рассчитывается в соответствии с таблицей 36 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

199. Щи из щавеля

	БРУТТО	НЕТТО
Щавель	329	250
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	24	20
Лук-порей	26	20
Маргарин столовый	24	24
Молоко или сливки	150	150
Яйца	$2^1/_2$ шт.	100
Бульон или вода	700	700
Выход	—	1000
Гренки № 1107 на порцию 500 г	—	20

Готовят щи, как указано в рец. № 198.

Щи перед отпуском заправляют льезоном (смесью из молока или сливок и 1/2 шт. яйца на 1000 г супа). Для его приготовления сырые яичные желтки размешивают, постепенно добавляют кипяченое и охлажденное до температуры 60–70 °С молоко или сливки. Смесь проваривают при слабом нагреве на водяной бане до загустения, не доводя до кипения, затем процеживают.

При отпуске в щи кладут яйцо, сваренное в «мешочек» или вкрутую, сметану и отдельно подают гренки.

200. Щи из сушеных овощей

Капуста	22	22
Морковь	6	6
Лук репчатый	8	8
Петрушка (корень)	1,2	1,2
Картофель	32	32
Томатное пюре	30	30
Мука пшеничная	10	10
Кулинарный жир	20	20
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

Сушеные овощи перебирают, промывают, заливают холодной водой и оставляют для набухания на 3–4 ч (картофель замачивают отдельно). Овощи отделяют от воды, морковь и лук пассеруют, а воду используют для приготовления щей. В кипящий бульон или воду кладут капусту и картофель, варят до полуготовности, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки щи заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре, специи, соль.

201. Щи из квашеной капусты

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста квашеная	357	250	357	250
Морковь	50	40	50	40

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Томатное пюре	40	40	10	10
Мука пшеничная	10	10	6	6
Кулинарный жир	20	20	20	20
Бульон или вода	800	800	800	800
Выход	—	1000		1000

Подготовленную квашеную капусту тушат (с. 75) с добавлением томатного пюре. Морковь и лук шинкуют, пассеруют и добавляют в капусту за 10–15 мин до окончания тушения. В кипящий бульон или воду кладут капусту тушеную с овощами, варят 25–30 мин, заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, кладут соль, специи и варят до готовности. Щи можно заправлять сахаром (6 г на 1000 г щей) и чесноком, растертым с солью (2 г нетто на 1000 г щей).

Щи готовят и без томатного пюре.

202. Щи суточные

Кости свинокопченостей	50	50	50	50
Капуста квашеная	357	250	357	250
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Томатное пюре	50	50	10	10
Кулинарный жир	30	30	28	28
Мука пшеничная	10	10	6	6
Чеснок	4	3	4	3
Бульон или вода	800	800	850	850
Выход	—	1000	—	1000

Квашеную капусту мелко рубят и тушат (с. 75) с добавлением томатного пюре и костей свинокопченостей 3–4 ч. Морковь нарезают мелкими кубиками, лук мелко рубят и пассеруют.

В кипящий бульон или воду кладут тушеную капусту, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки добавляют пассерованную муку, разведенную бульоном или водой, соль, специи. Готовые щи заправляют чесноком, растертым с солью. Щи можно приготовить с мясом и другими мясными продуктами.

При приготовлении щей со свиной головой норма жира уменьшается (с. 69).

203. Щи из квашеной капусты с картофелем

Капуста квашеная	286	200	286	200
Картофель	200	150	133	100
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Чеснок	4	3	—	—
Томатное пюре	40	40	10	10
Кулинарный жир	20	20	20	20
Бульон или вода	750	750	800	800
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют капусту тушеную с томатным пюре и варят с момента закипания 15–20 мин, добавляют пассерованные овощи и щи доводят до готовности. Щи можно приготовить и без томатного пюре.

Готовые щи заправляют чесноком, растертым с солью.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
204. Щи по-уральски (с крупой)				
Крупа (овсяные хлопья «Геркулес», пшено, перловая, овсяная или рисовая)	20	20	20	20
Томатное пюре	50	50	50	50
Остальные продукты, как в рец. № 203, кроме картофеля и томатного пюре				
Бульон или вода	850	850	850	850
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду всыпают подготовленную крупу (с. 74), доводят до кипения, кладут капусту тушеную, через 15–20 мин после закипания добавляют пассерованные овощи и варят щи до готовности.

	БРУТТО	НЕТТО
205. Щи из капусты квашеной тушеной (консервированной или быстрозамороженной)		
Капуста квашеная тушеная консервированная	316	300
или быстрозамороженная	306	300
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

Капусту тушеную консервированную закладывают в кипящий бульон или воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 10–15 мин. При использовании капусты тушеной быстрозамороженной ее подготавливают и используют, как борщевую заправку быстрозамороженную.

РАССОЛЬНИКИ

Обязательной составной частью рассольников являются огурцы соленые. Рассольники готовят вегетарианскими, на бульонах: костном, мясо-костном, рыбном, из птицы, грибном отваре. Отпускают с потрохами, почками и другими мясопродуктами. Соленые огурцы нарезают соломкой или ромбиками. У огурцов с грубой кожей и крупными семенами предварительно очищают кожу и удаляют семена. В этом случае норма закладки огурцов массой брутто увеличивается. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды 15 мин. Картофель нарезают брусочками или дольками. Морковь и лук пассеруют.

Порядок закладки продуктов в рассольник такой же, как и для других заправочных супов. Если вкус рассольника недостаточно острый, за 5–10 мин до окончания варки можно добавить огуречный рассол, предварительно процеженный и прокипяченный.

К рассольникам на мясных бульонах можно подавать ватрушки с творогом (рец. № 1098), а на рыбном – расстегаи (рец. № 1100).

Рассольники (за исключением рассольников с рыбными продуктами) подают со сметаной. При отпуске рассольники посыпают зеленью петрушки или укропа.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

206. Рассольник

Картофель	320	240	400	300
Петрушка (корень)	80	60	—	—
Сельдерей (корень)	15	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Лук-порей	53	40	—	—
Огурцы соленые	67	60	67	60
Щавель	53	40	—	—
или шпинат	54	40	—	—
Маргарин столовый	20	20	20	20
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь и лук, а через 5–10 мин вводят припущенные огурцы, в конце варки кладут нарезанные на части листья щавеля или шпината, соль, специи. При приготовлении рассольника без шпината или щавеля норму закладки огурцов и овощей соответственно увеличивают.

207. Рассольник домашний

Капуста свежая	100	80	100	80
Картофель	240	180	400	300
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	80	60	—	—
Сельдерей (корень)	29	20	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Лук-порей	53	40	—	—
Огурцы соленые	67	60	67	60
Маргарин столовый	20	20	20	20
Бульон или вода	750	750	700	700
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут шинкованную капусту, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5–7 мин пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5–10 мин до готовности вводят специи, соль.

208. Рассольник ленинградский

Картофель	400	300	400	300
Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	30	30	20	20
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20
Лук-порей	26	20	—	—
Огурцы соленые	67	60	67	60
Томатное пюре	30	30	—	—
Маргарин столовый	20	20	20	20
Бульон или вода	700	700	750	750
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу (с. 74), и варят рассольник обычным способом. За 5–10 мин до готовности кладут пассерованное томатное пюре.

Рассольник можно готовить без томатного пюре.

209. Рассольник московский	БРУТТО	НЕТТО
Петрушка (корень)	120	90
Пастернак (корень)	80	60
Сельдерей (корень)	44	30
Лук репчатый	48	40
Лук-порей	53	40
Щавель	53	40
Шпинат	54	40
или салат	56	40
Огурцы соленые	67	60
Масло сливочное	20	20
Сливки		
или молоко	150	150
Яйца	1/2 шт.	20
Бульон или вода	700	700
Выход	—	1000

Рассольник готовят с курицей, или субпродуктами птицы, или почками говяжьими. В кипящий бульон или воду кладут пассерованные морковь и лук, нарезанные соломкой, припущенные огурцы и варят 5–10 мин. Затем добавляют нарезанные на части листья шпината, щавеля или салата, специи, соль и варят до готовности. Из молока или сливок и яиц готовят льезон (с. 86).

При отпуске в рассольник кладут порции вареной курицы, или субпродукты из нее, или нарезанные говяжьи почки, добавляют яично-молочную смесь. Отдельно подают две ватрушки с творогом (рец. № 1098). При массовом приготовлении рассольника его можно заправлять льезоном перед отпуском. Рассольник можно готовить без щавеля и шпината.

210. Рассольник по-россошански	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	400	300	467	350
Петрушка (корень)	80	60	—	—
Морковь	—	—	50	40
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	53	40	—	—
Томатное пюре	20	20	10	10
Огурцы соленые	67	60	67	60
Шпик	31	30	31	30
или жир животный топленый пищевой	18	18	18	18
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

Шпик мелко нарезают или пропускают через мясорубку, затем растапливают и пассеруют на нем лук и морковь, в конце пассерования добавляют томатное пюре.

В остальном готовят и отпускают рассольник, как обычно.

РАССОЛЬНИКИ ИЗ ПОЛУФАБРИКАТОВ

Заправка для рассольника консервированная или быстрозамороженная представляет собой смесь нарезанных соломкой и пассерованных на свином жире свежих овощей (морковь, репчатый лук, белый корень) с добавлением нарезанных соленых огурцов и огуречного рассола.

При использовании заправки для рассольника продукты, входящие в нее, исключаются из рецептуры.

Для приготовления рассольника из полуфабриката в кипящий бульон или воду кладут нарезанную свежую капусту, картофель и варят их до полуготовности, затем добавляют заправку для рассольника, доводят до кипения и варят еще 10–15 мин при слабом кипении. Заправку для рассольника быстрозамороженную подготавливают и используют, как борщевую заправку быстрозамороженную.

В рассольник может быть добавлен доведенный до кипения процеженный огуречный рассол (30–40 г на 1000 г супа).

Соль, специи расходуют в количестве 50% предусмотренных в Сборнике рецептур для приготовления рассольников из сырья.

211. Рассольник

	БРУТТО	НЕТТО
Заправка для рассольника консервированная	211	200
или быстрозамороженная	204	200
Картофель	320	240
Щавель	53	40
или шпинат	54	40
Бульон или вода	750	750
Выход	—	1000

212. Рассольник домашний

	БРУТТО	НЕТТО
Заправка для рассольника консервированная	211	200
или быстрозамороженная	204	200
Капуста свежая	100	80
Картофель	240	180
Бульон или вода	750	750
Выход	—	1000

213. Рассольник ленинградский

	БРУТТО	НЕТТО
Заправка для рассольника с перловой крупой консервированная[1]	211	200[1]
или быстрозамороженная	204	200[1]
Картофель	400	300
Бульон или вода	750	750
Выход	—	1000

[1] Норма вложения заправки может быть увеличена до 260 г нетто на 1000 г выхода супа, при этом соответственно увеличивается норма вложения заправки в г брутто.

214. Рассольник по-россошански

	БРУТТО	НЕТТО
Заправка для рассольника с томатом консервированная	211	200
или быстрозамороженная	204	200
Картофель	400	300
Бульон или вода	750	750
Выход	—	1000

СУПЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ, КРУПОЙ, БОБОВЫМИ И МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Из картофеля и овощей можно приготовить разнообразный ассортимент первых блюд. Эти супы готовят с крупами, макаронными изделиями и бобовыми.

Картофельные и овощные супы можно готовить вегетарианскими и на бульонах. Их приготавливают с говядиной, бараниной, свининой, птицей, пельменями, консервами и другими мясными продуктами, а также с рыбой, грибами и морепродуктами.

Картофель и овощи на картофельные супы нарезают дольками, брусочками, кубиками в зависимости от формы нарезки входящих в них продуктов. Вместо томатного пюре лучше использовать свежие помидоры. При отпуске супы посыпают зеленью. К картофельным и овощным супам подают пирожки (рец. №№ 1091, 1094), кулебяку (рец. № 1103).

215. Суп картофельный

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	600	450	600	450
Репа	40	30	—	—
Морковь	25	20	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Томатное пюре	10	10	—	—
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	10	10	10	10
Бульон или вода	700	700	700	700
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук, томатное пюре и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки кладут специи, соль. Можно суп готовить без томатного пюре.

Этот суп хорошо готовить с рыбой и рыбными продуктами. При приготовлении супа с грибами вареные грибы нарезают ломтиками или соломкой, слегка обжаривают и кладут в суп вместе с пассерованными овощами.

216. Суп крестьянский с крупой

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста свежая	200	160	150	120
Картофель	107	80	133	100
Крупа: перловая, рисовая, овсяная, ячневая, пшеничная	40	40	40	40
или пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	35	35	20	20
Репа	40	30	—	—
Морковь	25	20	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Томатное пюре	20	20	—	—
или помидоры свежие	44	37	—	—
Жир животный топленый пищевой или масло растительное	20	20	20	20
Бульон или вода:				
для круп пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	750	750	800	800
для остальных круп	800	800	850	850
Выход	—	1000	—	1000

Крупу перловую, ячневую, овсяную, пшеничную промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду (3 л на 1 кг) и варят до полуготовности, воду сливают. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, свежую белокочанную капусту, нарезанную шашками, картофель и варят до готовности. За 10–15 мин до окончания варки кладут пассерованные овощи и томатное пюре или помидоры. Крупу рисовую и пшено закладывают одновременно с овощами. Хлопья овсяные «Геркулес» закладывают за 15–20 мин до готовности супа. Отпускают суп со сметаной. Суп можно готовить без томатного пюре и помидоров.

217. Суп из овощей

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста цветная	96	50	—	—	—	—
или брюссельская[1]	77	50	—	—	—	—
или белокочанная	—	—	100	80	100	80
Картофель	—	—	267	200	267	200
Репа	53	40	—	—	—	—
Морковь	25	20	50	40	50	40
Петрушка (корень)	27	20	27	20	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	26	20	—	—
Горошек зеленый консервированный	—	—	46	30	46	30
или фасоль овощная (лопатка) свежая	67	60	—	—	33	30
Помидоры свежие	94	80	94	80	—	—
Грибы белые свежие	53	40	—	—	—	—
Маргарин столовый	20	20	20	20	20	20
Бульон или вода	850	850	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Норма закладки указана на капусту кочанчиками.

Мелко нашинкованные ножки грибов, морковь, лук пассеруют с жиром. В кипящий бульон или воду кладут нарезанные соломкой шляпки грибов и варят 30–35 мин, затем добавляют нашинкованную белокочанную капусту, нарезанные стручки фасоли, дольки картофеля. За 10–15 мин до окончания варки супа добавляют пассерованные овощи, ломтики свежих помидоров, горошек зеленый, соль и специи. При использовании цветной или брюссельской капусты их закладывают в суп одновременно с пассерованными овощами.

Горошек зеленый консервированный можно заменить свежемороженым, а фасоль овощную (лопатку) свежую можно заменить консервированной в соответствии с нормами взаимозаменяемости.

Суп можно отпускать со сметаной.

218. Суп картофельный со щавелем

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Щавель	158	120	158	120
Картофель	333	250	467	350
Морковь	38	30	—	—
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20
Лук-порей	26	20	—	—
Маргарин столовый	20	20	20	20
Бульон или вода	750	750	700	700
Выход	—	1000	—	1000

Суп готовят, как указано в рец. № 215.
Нарезанный щавель добавляют в картофельный суп за 5–8 мин до окончания варки Отпускают суп со сметаной.

219. Суп картофельный с крупой

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	427	320	400	300
Крупа: перловая, овсяная, пшеничная или рисовая, пшено, хлопья овсяные	40	40	40	40
«Геркулес»	20	20	20	20
или манная	30	30	30	30
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
или лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир	10	10	10	10
Бульон или вода:				
для круп пшеничной, овсяной, перловой	700	700	700	700
для остальных круп	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют. Картофель, петрушку нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу (с. 74), картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки кладут соль, специи. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами. Манную крупу засыпают в суп за 10 мин до его готовности.

Суп картофельный с перловой крупой можно приготовить с рыбой, головизной рыб семейства осетровых. Обработанную головизну и порции рыбы варят отдельно.

При приготовлении супа с рыбой можно использовать масло растительное.

220. Суп полевой

Шпик	81	78	58	56
Картофель	373	280	373	280
Крупа пшено	50	50	50	50
Лук репчатый	95	80	95	80
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

Пшено промывают несколько раз теплой (40–50 °С) водой, затем ошпаривают кипятком. Шпик нарезают кубиками, обжаривают, на выделившемся жире пассеруют лук репчатый, нарезанный мелкими кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленное пшено, а через 5–10 мин добавляют нарезанный кубиками картофель, пассерованный лук со шпиком и продолжают варить. За 5–10 мин до окончания варки супа кладут специи, соль.

221. Суп картофельный с бобовыми

Картофель	333	250	267	200
Фасоль, или горох лущеный	81	80	81	80
или чечевица	101	100	101	100
или горошек зеленый				

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
консервированный	154	100	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	20	20	20	20
Бульон или вода	650	650	700	700
Выход	—	1000	—	1000

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Фасоль, горох, чечевицу подготавливают, как указано на с. 74, затем кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

Горошек зеленый закладывают в суп вместе с пассерованными овощами.

222. Суп картофельный с консервами из бобовых

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Консервы: горох, фасоль или чечевица с мясом	250	250	200	200	150	150
или фасоль или горох со шпиком или свиным жиром в томатном соусе	200	200	150	150	100	100
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	10	10	10	10	10	10
Бульон или вода	650	650	700	700	700	700
Остальные продукты, как в рец. № 221, кроме бобовых, жира и бульона						
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Готовят суп, как указано в рец. № 221. Консервы кладут в суп за 10 мин до окончания варки.

223. Суп картофельный с макаронными изделиями

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	400	300	400	300
Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия, лапша домашняя № 1106	40	40	40	40
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель – брусочками или кубиками, коренья – брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют.

В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10–15 мин, затем добавляют картофель и пассерованные овощи и варят суп до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем, а вермишель и фигурные изделия за 10–15 мин до готовности супа. Добавляют соль, специи.

Домашнюю лапшу просеивают от муки, засыпают в кипящую воду на 1–2 мин, откидывают, дают стечь воде и закладывают в суп за 10–12 мин до его готовности.

Суп готовят с курицей, субпродуктами птицы, говядиной, мясными консервами, грибами. Суп можно готовить с томатным пюре (10 г на 1000 г супа).

224. Суп картофельный с мясными фрикадельками

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	400	300	533	400
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Томатное пюре	10	10	10	10
Маргарин столовый	10	10	10	10
Бульон или вода	800	800	700	700
Выход	—	1000	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фрикадельки мясные готовые № 184 на порцию 500 г	—	75	—	50	—	35

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками или дольками, доводят до кипения, добавляют нарезанные ломтиками или брусочками пассерованные овощи и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки добавляют пассерованное томатное пюре, специи, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

225. Суп картофельный с рыбными фрикадельками

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	400	300	533	400
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Томатное пюре	10	10	10	10
Масло растительное	10	10	10	10
Бульон или вода	800	800	700	700
Выход	—	1000	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фрикадельки рыбные готовые № 226 на порцию 500 г	—	100	—	75	—	50

Готовят так же, как суп картофельный с мясными фрикадельками (рец. № 224).

226. Фрикадельки рыбные

	БРУТТО	НЕТТО
Сом (кроме океанического)[1]		
или минтай[1]	1880	940
или окунь морской[1]	1343	940
или треска[1]	1237	940
или филе сома (выпускаемое промышленностью)	1022	940
или филе трески (необесшкуренное, выпускаемое промышленностью)	979	940
или филе окуня морского (необесшкуренное, выпускаемое промышленностью)	1000	940
Яйца	1 1/4 шт.	50
Лук репчатый	238	200
Бульон	90	90
Масса полуфабриката	—	1250
Выход	—	1000

[1] Норма закладки указана на сом и минтай неразделанные; на окунь морской и треску потрошеные обезглавленные.

Филе рыбы с кожей без костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку, затем добавляют мелко рубленный лук, яйца, перец черный, соль, воду и все тщательно перемешивают. Сформованные шарики массой 15–18 г припускают в бульоне до готовности.

227. Суп картофельный с грибами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Грибы белые свежие	263	200	175	133	88	67
или шампиньоны свежие	282	214	188	143	93	71
или грибы белые сушеные	12	12	10	10	6	6
Масса готовых свежих грибов	—	150	—	100	—	50
Масса готовых сушеных грибов	—	24	—	20	—	12
Картофель	400	300	467	350	533	400
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Помидоры свежие	94	80	71	60	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Бульон или вода	650	650	650	650	700	700
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Картофель и овощи нарезают кубиками. Лук, морковь пассеруют с жиром. Вместе с овощами можно слегка спассеровать мелко нарезанные ножки грибов.

В кипящий бульон или воду кладут нашинкованные шляпки свежих грибов и варят 35–40 мин, затем закладывают картофель, доводят до кипения, вводят пассерованные овощи и ножки

грибов. За 5–10 мин до готовности супа кладут помидоры, нарезанные дольками, специи, соль.

При использовании сушеных грибов их подготавливают, как указано на с. 77, и вводят за 10–15 мин до готовности супа.

228. Суп картофельный с клецками

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	400	300	267	200
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10
Клецки готовые №№ 416, 1105	—	260	—	260
Бульон или вода	650	650	750	750
Выход	—	1000	—	1000

Суп готовят, как указано в рец. № 215. Клецки варят отдельно в бульоне или в подсоленной воде небольшими партиями и кладут в суп при отпуске.

229. Суп картофельный с пельменями

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	333	250	400	300	467	350
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Пельмени готовые №№ 1068, 1071 на порцию 500 г	—	100	—	75	—	50

Суп готовят, как указано в рец. № 215. Пельмени варят в подсоленной воде или бульоне и кладут в суп при отпуске.

230. Суп из сушеных картофеля и овощей

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	80	80
Морковь	4	4
Белые коренья	1,2	1,2
Лук репчатый	4	4
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	10	10
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

Сушеные овощи подготавливают, как указано в рец. № 188.

В кипящий бульон или воду кладут картофель, варят его до полуготовности, добавляют пассерованные овощи и варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки добавляют специи, соль.

231. Суп из овощей с фасолью

	I и II БРУТТО	I и II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Капуста цветная	288	150	—	—
или белокочанная	188	150	175	140
или кабачки	299	200	—	—
или тыква	286	200	—	—
Картофель	200	150	200	150
Морковь	50	40	25	20
Петрушка (корень)	27	20	27	20
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Фасоль	40	40	30	30
или фасоль овощная (лопатка) свежая	101	91	76	68
Маргарин столовый				
или жир животный топленый пищевой	20	20	20	20
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

Цветную капусту разделяют на мелкие соцветия или нарезают на кусочки, белокочанную капусту нарезают шашками, кабачки, тыкву, картофель – кубиками, морковь, петрушку, лук – мелкими кубиками.

Морковь и лук пассеруют. Кабачки и тыкву припускают.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту белокочанную, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные овощи и варят суп до готовности. За 5–10 мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, специи, соль. При использовании цветной капусты ее следует класть в суп после картофеля.

При приготовлении супа с кабачками или тыквой припущенные кабачки или тыкву добавляют вместе с фасолью.

232. Чорбэ деличиоасэ (суп деликатесный) (молдавское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Курица	208	143
Масса вареной курицы	—	100
Морковь	63	50
Лук-порей	39	30
Сельдерей (корень)	44	30
Маргарин столовый	20	20
Омлет натуральный № 288 (в готовом виде)	—	100
Горошек зеленый консервированный	62	40
Лимонная кислота	0,02	0,02
Вода	750	750
Выход	—	1000

Морковь, корень сельдерея и лук-порей нарезают соломкой и слегка пассеруют. Готовый омлет нарезают соломкой. В готовый куриный бульон добавляют лимонную кислоту, пассерованные овощи, зеленый горошек, порционные кусочки отварной курицы, нарезанный омлет и дают прокипеть 2–3 мин. При подаче суп посыпают мелко рубленной зеленью.

СУПЫ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ, КРУПОЙ И БОБОВЫМИ

Для супов этой группы используют макароны, рожки, вермишель, фигурные изделия (ушки, ракушки, алфавит, звездочки и др.), лапшу промышленную или домашнюю, различные крупы и бобовые.

Морковь, лук, белые коренья для супов с макаронными изделиями нарезают кубиками или соломкой, а для супов из круп и бобовых – кубиками. Морковь и лук пассеруют.

Макаронные изделия, особенно вермишель, при длительной варке и хранении супа деформируются. Во избежание этого супы с макаронными изделиями следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 30–40 мин.

Супы приготовляют на костном, мясо-костном бульонах, с говядиной, бараниной, телятиной (грудинка), индейкой, курицей, субпродуктами птицы, мясными консервами, свежими или сушеными грибами. Супы с бобовыми рекомендуют приготовлять со свининой, с копченой корейкой, грудинкой, окороком сырокопченым.

233. Суп с макаронными изделиями

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Макароны, вермишель, лапша, фигурные изделия	80	80	80	80
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир	20	20	20	20
Томатное пюре	—	—	6	6
Бульон или вода	950	950	950	950
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10–15 мин, затем добавляют пассерованные овощи, томатное пюре и варят суп до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с пассерованными овощами. При приготовлении супа с вермишелью и фигурными изделиями в кипящий бульон или воду кладут пассерованные овощи, томатное пюре и варят с момента закипания 5–8 мин, после чего добавляют вермишель или фигурные изделия и суп варят до готовности.

Перед окончанием варки кладут соль, специи.

234. Суп с макаронными изделиями и картофелем

Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия	50	50	50	50
Картофель	267	200	267	200
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир	10	10	10	10
Томатное пюре	—	—	10	10
Бульон или вода	850	850	850	850
Выход	—	1000	—	1000

Суп готовят, как в рец. № 223.

235. Суп-лапша домашняя

Лапша домашняя № 1106	—	80	—	80
Масса вареной лапши	—	200	—	200
Морковь	50	40	—	—
Петрушка (корень)	13	10	—	—

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир	20	20	20	20
Бульон или вода	900	900	950	950
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут пассерованные морковь, лук и варят с момента закипания 5–8 мин, после чего добавляют подготовленную домашнюю лапшу (с. 486) и варят до готовности.

236. Суп-лапша грибная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Грибы белые сушеные	26	26	16	16	6	6
или грибы белые свежие	263	200	175	133	88	67
или шампиньоны свежие	282	214	188	143	93	71
Масса вареных сушеных грибов	—	52	—	32	—	12
Масса вареных свежих грибов	—	150	—	100	—	50
Лапша или вермишель	80	80	80	80	80	80
Морковь	50	40	50	40	50	40
Лук репчатый	24	20	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Кулинарный жир или масло растительное	20	20	20	20	20	20
Бульон или вода	900	900	900	900	950	950
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут подготовленные грибы. За 10–15 мин до готовности супа добавляют пассерованные морковь и лук, затем лапшу или вермишель и варят до готовности.

Суп можно готовить с домашней лапшой (рец. № 1106) и отпускать со сметаной.

237. Суп с крупой

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа: рисовая, перловая, манная	80	80	80	80
или овсяная, ячневая, пшеничная, пшено	100	100	100	100
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	20	20	20	20
Бульон или вода:				
для крупы манной	950	950	950	950
для остальных круп	1000	1000	1000	1000
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу (с. 74), за 10–15 мин до ее готовности добавляют пассерованные овощи.

При приготовлении супа с манной крупой в кипящий бульон или воду кладут пассерованные овощи, варят 5–10 мин, затем добавляют манную крупу и варят до готовности.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

238. Суп с крупой и томатом

Крупа: рисовая, перловая	80	80	80	80	80	80
или пшено, овсяная, пшеничная	100	100	100	100	100	100
Морковь	50	40	50	40	—	—
Репа	—	—	40	30	—	—
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Томатное пюре	30	30	30	30	30	30
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	20	20	20	20	—	—
или масло растительное	—	—	—	—	20	20
Бульон или вода	1000	1000	950	950	1000	1000
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Суп готовят, как указано в рец. № 237. В конце пассерования овощей добавляют томатное пюре.

239. Суп рисовый с мясом

Крупа рисовая	80	80	70	70	60	60
Лук репчатый	60	50	48	40	48	40
Томатное пюре	50	50	40	40	20	20
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	10	10	10	10	10	10
Чеснок	4	3	4	3	4	3
Перец красный	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2
Бульон или вода	1000	1000	1000	1000	1000	1000
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Масса готового мяса (говядина или баранина) на порцию 500 г	—	50	—	35	—	25

В кипящий бульон или воду засыпают подготовленную крупу рисовую, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют пассерованные лук репчатый, томатное пюре и доводят суп до готовности. Готовый суп заправляют растертым с солью чесноком, перцем. Суп с говядиной можно чесноком не заправлять.

	БРУТТО	НЕТТО

240. Суп пшенный с мясом (кулеш)

Крупа пшено	100	100
Лук репчатый	71	60
Жир-сырец свиной	10	10
Бульон или вода	950	950
Выход	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса готового мяса (говядина) на порцию 500 г	—	50	—	35	—	25

Нарезанный кубиками жир-сырец поджаривают с рубленым репчатым луком до золотистого цвета. В кипящий бульон или воду кладут промытое пшено и варят. За 5–10 мин до готовности крупы добавляют жир с луком, соль, специи. При отпуске в суп кладут мясо.

241. Суп с крупой и мясными фрикадельками

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа манная	40	40	60	60	60	60
или крупа рисовая, перловая	80	80	80	80	60	60
или пшеничная, овсяная	80	80	80	80	80	80
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	10	10	10	10	10	10
Бульон или вода:						
для круп манной, овсяной	950	950	950	950	950	950
для остальных круп	1000	1000	1000	1000	1000	1000
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Фрикадельки мясные готовые № 184 на порцию 500 г	—	75	—	50	—	35

Суп готовят, как указано в рец. № 237. Фрикадельки припускают отдельно и кладут в суп при отпуске.

242. Суп с пельменями или клецками

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	26	20	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Бульон:						
для супа с пельменями	700	700	700	700	800	800
для супа с клецками	850	850	850	850	850	850
Пельмени готовые №№ 1068, 1071	—	350	—	300	—	200
Клецки готовые №№ 416, 1105	—	260	—	250	—	240
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В кипящий бульон кладут петрушку, пассерованные морковь, лук и варят до готовности, за 5–10 мин до окончания варки добавляют специи, соль. Пельмени и клецки варят в небольшом количестве бульона и кладут в суп при отпуске.

243. Суп с бобовыми

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фасоль или горох лущеный	141	140	141	140
или чечевица	162	160	162	160
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	71	60
Лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир	20	20	20	20

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или грудинка копченая свиная	80	70[1]	57	50[1]
Бульон или вода	800	800	800	800
Выход	—	1000	—	1000

[1] Масса готовой грудинки со шкурой без костей.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленные бобовые (с. 74) и варят. За 15–20 мин до окончания варки кладут пассерованные овощи. Суп с фасолью можно готовить с томатным пюре (10–20 г на 1000 г) и заправлять чесноком (3 г нетто на 1000 г супа), растертым с солью.

244. Суп перловый с грибами (белорусское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	200	150
Крупа перловая	50	50
Грибы белые сушеные	40	40
Масса вареных грибов	—	80
Морковь	40	32
Петрушка (корень)	19	14
Лук репчатый	48	40
Кулинарный жир	20	20
Грибной отвар	700	700
Выход	—	1000

Подготовленные сушеные грибы (с. 77) варят, в процеженный отвар закладывают предварительно сваренную перловую крупу, нарезанный кубиками картофель, пассерованные овощи, мелко нарезанные поджаренные грибы и варят до готовности. Отпускают суп со сметаной.

245. Суп-харчо (грузинское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	70	70
Лук репчатый	95	80
Маргарин столовый	40	40
Томатное пюре	30	30
Соус ткемали (острая ткемаливая подлива)	30	30
Чеснок	8	6
Кориандр (кинза), петрушка (зелень)	41	30
Хмели-сунели (сушеная зелень)	1	1
Специи (перец черный, красный, лавровый лист)	—	—
Вода	1000	1000
Выход	—	1000

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса готовой говядины (грудинка) на порцию 500 г	—	75	—	50
или масса готовой баранины (грудинка) на порцию 500 г	—	75	—	50

Грудинку говядины нарезают на кусочки массой 25–30 г и варят. Лук репчатый мелко рубят и пассеруют с добавлением томатного пюре.

В кипящий бульон кладут предварительно замоченную крупу рисовую, пассерованные лук и томатное пюре и варят до готовности. За 5 мин до окончания варки суп заправляют соусом ткемали, толченым чесноком, хмели-сунели, перцем, солью и зеленью.

246. Кюфта-бозбаш (суп с мясными шариками) (азербайджанское национальное блюдо)

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (тазобедренная и лопаточная части)	364	260	242	173
Жир-сырец (курдючный)	44	44	33	33
Лук репчатый	21	18	21	18
Крупа рисовая	33	33	27	27
Алыча свежая	44	44	33	33
или сушеная	22	22	22	22
Специи	—	—	—	—
Масса полуфабриката	—	382	—	278
Масса готовой кюфты	—	310	—	220
Картофель	333	250	333	250
Лук репчатый	24	20	24	20
Горох или нут	57	56	57	56
Шафран	0,2	0,2	0,2	0,2
Мята сушеная	0,2	0,2	0,2	0,2
Бульон	330	315	420	400
Выход	—	1000	—	1000

В фарш, приготовленный из мякоти баранины с добавлением репчатого лука и жира-сырца, кладут рис, соль, перец и разделывают по два шарика на порцию, начиняя их 2–3 шт. алычи.

В бульоне варят до полуготовности горох или нут (предварительно замоченные), затем добавляют мясные шарики, картофель, нарезанный кубиками, и мелко нашинкованный репчатый лук. За 10–15 мин до готовности кладут соль, перец и добавляют настой шафрана.

При отпуске посыпают сушеной мятой.

СУПЫ ИЗ ПОЛУФАБРИКАТОВ

Для приготовления супов из полуфабрикатов используют готовую суповую заправку и концентраты.

Суповая заправка быстрозамороженная – смесь нарезанных соломкой и пассерованных на свином жире свежих овощей (морковь, лук репчатый, белый корень).

Суповая заправка используется для приготовления заправочных супов (овощных, картофельных, крупяных, с макаронными изделиями, бобовыми и другими продуктами). При использовании суповой заправки продукты, входящие в нее, исключаются из рецептуры.

Суповую заправку подготавливают и вводят в суп, как борщевую заправку быстрозамороженную (с. 83).

247. Суп картофельный с суповой заправкой

	БРУТТО	НЕТТО
Суповая заправка	82	80
Картофель	600	450
Бульон или вода	700	700
Выход	—	1000

248. Суп с макаронными изделиями и картофелем с суповой заправкой

	БРУТТО	НЕТТО
Суповая заправка	82	80
Макаронные изделия	50	50
Картофель	267	200
Бульон или вода	850	850
Выход	—	1000

249. Суп гороховый из концентратов

	БРУТТО	НЕТТО
Суп гороховый (концентрат)	150	150
или суп-пюре гороховый (концентрат)	150	150
Бульон или вода	900	900
Выход	—	1000

Концентрат разминают, заливают теплой водой или бульоном (25–30% от общего количества), тщательно размешивают, добавляют остальное количество жидкости, доводят до кипения и варят 5–10 мин. При отпуске в суп можно положить сливочное масло или маргарин столовый (10 г на 1000 г супа).

Отдельно подают гренки (рец. № 1107) по 20 г на порцию 500 г.

СОЛЯНКИ

Солянки приготовляют с разнообразными мясными и рыбными продуктами, а также со свежими и сушеными грибами. Для рыбных солянок используют рыбные бульоны, которые варят из пищевых рыбных отходов или голов рыб семейства осетровых (головизны).

В состав солянок входят соленые огурцы, лук репчатый, томатное пюре, каперсы, маслины или оливки. Соленые огурцы нарезают ломтиками или ромбиками. Огурцы с грубой кожицей и зрелыми семенами очищают от кожицы и семян. Огурцы с тонкой кожицей нарезают вместе с кожицей и семенами. Подготовленные огурцы припускают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют с добавлением томатного пюре. Томатное пюре можно пассеровать отдельно. У оливок вынимают косточки, а маслины промывают. Лимон очищают от кожицы и нарезают кружочками.

Мясные продукты (мясо, окорок, почки, сердце, птицу и др.) варят и нарезают тонкими ломтиками.

Рыбу семейства осетровых (с кожей без хрящей или без кожи и хрящей) нарезают по 1–2 кусочка на порцию, ошпаривают в течение 1 мин, затем промывают.

Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей без костей, нарезают по 1–2 кусочка на порцию и припускают в бульоне.

Для солянок можно использовать филе, выпускаемое промышленностью (окунь морской, треска, зубатка пятнистая (пестрая) и т.д.).

В кипящий бульон закладывают пассерованные лук и томатное пюре, припущенные огурцы, каперсы (вместе с рассолом), подготовленные мясные или рыбные продукты, специи и варят 5–10 мин. При отпуске в солянку кладут маслины или оливки, кружочек лимона, в мясную солянку – сметану и посыпают рубленой зеленью петрушки. Солянки можно отпускать без лимона.

Для придания более острого вкуса в солянку в конце варки можно добавить процеженный огуречный рассол.

При изготовлении солянок вместо масла сливочного можно использовать масло топленое или маргарин столовый. При отсутствии маслин их можно заменить каперсами.

250. Солянка сборная мясная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Телятина	95	63	—	—	—	—
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	110	81	88	65
Окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	53	40	53	40	—	—
Сосиски или сардельки	41	40	41	40	41	40
Почки говяжьи	121	104	73	63	—	—
Масса готовой телятины	—	40	—	—	—	—
Масса готовой говядины	—	50	—	50	—	40
Масса готового окорока	—	40	—	40	—	—
Масса готовых сосисок или сарделек	—	40	—	40	—	40
Масса готовых почек	—	50	—	30	—	—
Лук репчатый	119	100	107	90	107	90
Огурцы соленые	100	60	100	60	100	60
Каперсы	40	20	40	20	40	20
Маслины	50	50	40	40	—	—
Томатное пюре	50	50	40	40	20	20
Масло сливочное	24	24	20	20	16	16
Бульон	750	750	800	800	900	900
Лимон	16	10	13	8	10	6
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	60	60	50	50	20	20

Готовят и отпускают солянку, как указано выше.

251. Солянка домашняя

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Телятина	95	63	—	—	—	—
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	110	81	88	65
Окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	53	40	53	40	53	40
Сосиски или сардельки	41	40	41	40	41	40
Почки говяжьи	121	104	73	63	—	—
Масса готовой телятины	—	40	—	—	—	—
Масса готовой говядины	—	50	—	50	—	40
Масса готового окорока	—	40	—	40	—	40
Масса готовых сосисок или сарделек	—	40	—	40	—	40
Масса готовых почек	—	50	—	30	—	—
Лук репчатый	95	80	95	80	83	70
Огурцы соленые	100	60	100	60	100	60
Картофель	160	120	160	120	200	150
Томатное пюре	50	50	40	40	30	30
Масло сливочное	24	24	20	20	16	16
Бульон	700	700	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	60	60	50	50	20	20

В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, и варят почти до готовности. Далее готовят и отпускают, как указано на с. 106.

Для улучшения вкусовых качеств в солянку домашнюю можно добавить каперсы 20 г нетто на 1000 г солянки.

252. Солянка по-ленинградски

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	110	81	—	—
Окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	53	40	53	40	—	—
Сосиски или сардельки	41	40	41	40	—	—
Гусь	105	69	62	41	—	—
Масса готовой говядины	—	50	—	50	—	—
Масса готового окорока	—	40	—	40	—	—
Масса готовых сосисок или сарделек	—	40	—	40	—	—
Масса готового гуся	—	50	—	30	—	—
Лук репчатый	119	100	107	90	—	—
Огурцы соленые	100	60	100	60	—	—
Каперсы	40	20	40	20	—	—
Маслины	50	50	40	40	—	—
Сельдерей (корень)	15	10	15	10	—	—
Масло сливочное	24	24	20	20	—	—
Бульон	800	800	800	800	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—
Сметана	60	60	50	50	—	—

Солянку готовят обычным способом, но без томатного пюре. Вместо гуся можно использовать утку.

253. Солянка из птицы или дичи

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	312	215	208	143	—	—
или индейка	280	206	186	137	—	—
или гусь	312	206	208	137	—	—
или утка	318	206	212	137	—	—
или рябчик, или куропатка серая (в шт.)	1	1	2/3	2/3	—	—
или куропатка белая (в шт.)	2/3	2/3	1/2	1/2	—	—
или фазаны (в шт.)	1/3	1/3	1/5	1/5	—	—
Масса готовой курицы или индейки, или гуся, или утки	—	150	—	100	—	—
Лук репчатый	119	100	107	90	—	—
Огурцы соленые	100	60	100	60	—	—
Каперсы	40	20	40	20	—	—
Маслины	50	50	40	40	—	—
Томатное пюре	50	50	40	40	—	—
Масло сливочное	24	24	20	20	—	—
Бульон	800	800	900	900	—	—
Лимон	16	10	13	8	—	—
Выход		1000	—	1000	—	—
Сметана	60	60	50	50	—	—

Солянку готовят обычным способом, вместо вареных мясопродуктов используют вареную или жареную птицу или дичь.

254. Солянка сборная из субпродуктов

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Язык говяжий	—	—	84	84	67	67
Почки говяжьи	—	—	121	104	97	83
Сердце	—	—	98	83	59	50
Вымя	—	—	73	73	36	36
Масса готового языка	—	—	—	50	—	40
Масса готовых почек	—	—	—	50	—	40
Масса готового сердца	—	—	—	50	—	30
Масса готового вымени	—	—	—	40	—	20
Лук репчатый	—	—	107	90	107	90
Огурцы соленые	—	—	100	60	100	60
Каперсы	—	—	40	20	40	20
Маслины	—	—	40	40	—	—
Томатное пюре	—	—	40	40	20	20
Масло сливочное	—	—	20	20	16	16
Бульон	—	—	800	800	800	800
Лимон	—	—	13	8	10	6
Выход	—	—	—	1000	—	1000
Сметана	—	—	50	50	20	20

Солянку приготовляют обычным способом.

Язык можно заменить мясом или сердцем говяжьим на тот же выход.

255. Солянка рыбная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Стерлядь	431	250	324	188	—	—
или судак	478	244	359	183	239	122
или треска	—	—	—	—	161	122
или белуга	489	247	368	185	244	123
или окунь морской	—	—	—	—	174	122
или осетр	498	247	374	185	248	123
или зубатка пятнистая (пестрая)	—	—	—	—	185	120
Головизна	189	151	141	113	94	75
Масса готовой рыбы	—	200	—	150	—	100
Масса готовой головизны	—	80	—	60	—	40
Лук репчатый	119	100	107	90	107	90
Огурцы соленые	117	70	100	60	100	60
Каперсы	40	20	40	20	40	20
Маслины	50	50	40	40	—	—
Томатное пюре	50	50	40	40	20	20
Масло сливочное	24	24	20	20	16	16
Бульон рыбный	700	700	700	700	780	780
Лимон	16	10	13	8	10	6
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей без костей, а рыбу осетровых семейств – на филе с кожей без хрящей и нарезают на порционные куски.

Солянку рыбную по индивидуальному заказу приготовляют порционно. В кипящий бульон закладывают все подготовленные для солянки продукты (кроме оливок, маслин), куски рыбы и варят до готовности. В конце варки добавляют сваренную нарезанную головизну. При отпуске в солянку добавляют маслины, кружочек очищенного лимона и посыпают мелко нарезанной зеленью.

При массовом приготовлении солянок в кипящий бульон кладут пассерованные лук и томатное пюре, припущенные соленые огурцы, каперсы с рассолом, специи; солянку доводят до кипения и варят 5–10 мин. При отпуске в порционную посуду кладут припущенные до готовно-

сти куски рыбы, нарезанную головизну, наливают солянку, кладут маслины, кружочек лимона и посыпают мелко нарезанной зеленью.

256. Солянка донская

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Осетр	374	185	248	123	175	86
Головизна	118	94	118	94	71	57
Масса готового осетра	—	150	—	100	—	70
Масса готовой головизны	—	50	—	50	—	30
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	40	30	40	30	40	30
Лук репчатый	83	70	83	70	83	70
Огурцы соленые	100	60	100	60	100	60
Каперсы	40	20	40	20	40	20
Маслины	50	50	40	40	30	30
Помидоры свежие	94	80	94	80	94	80
Томатное пюре	50	50	40	40	20	20
Масло сливочное	24	24	20	20	16	16
Бульон рыбный	700	700	700	700	700	700
Лимон	16	10	13	8	10	6
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Морковь и лук нарезают кружочками и пассеруют вместе с томатным пюре. При порционном приготовлении в кипящий бульон кладут подготовленные овощи, нарезанные ошпаренные порционные куски осетра, припущенные огурцы, каперсы и варят до готовности рыбы. За 5–10 мин до окончания варки кладут нарезанные кружочками свежие помидоры, специи.

Отпускают солянку так же, как солянку рыбную (рец. № 255).

При массовом приготовлении солянки куски рыбы предварительно отваривают и кладут в суп при отпуске.

257. Солянка грибная

Грибы белые свежие	263	200	175	133	88	67
или шампиньоны свежие	282	214	188	143	93	71
или грибы белые сушеные	25	25	20	20	15	15
Масса готовых свежих грибов	—	150	—	100	—	50
Масса готовых сушеных грибов	—	50	—	40	—	30
Лук репчатый	119	100	107	90	107	90
Огурцы соленые	117	70	100	60	100	60
Каперсы	40	20	40	20	40	20
Маслины	50	50	40	40	—	—
Томатное пюре	50	50	40	40	20	20
Масло сливочное	24	24	20	20	16	16
Грибной отвар	800	800	850	850	900	900
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	60	60	50	50	40	40

Солянку готовят обычным способом. Вареные свежие или сушеные грибы шинкуют и кладут в кипящий отвар одновременно с другими продуктами и специями.

СУПЫ МОЛОЧНЫЕ

Молочные супы приготовляют на цельном молоке или на смеси молока и воды. Кроме натурального молока, для супов можно использовать молоко сгущенное стерилизованное без сахара, молоко коровье цельное сухое (табл. 36 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд»).

Супы готовят с макаронными изделиями, крупами и овощами.

Молочные супы варят: с макаронными изделиями или овощами (в зависимости от вида) – 10–40 мин; с дроблеными крупами – 10–15 мин, с недроблеными крупами (рисовая, гречневая, перловая, пшено и др.) – 20–30 мин. Молочные супы с макаронными изделиями при длительной варке и хранении быстро густеют. Во избежание этого их следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 30–40 мин.

Готовый суп заправляют маслом сливочным или маргарином столовым.

258. Суп молочный с макаронными изделиями

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	800	800	700	700	500	500
Вода	120	120	220	220	420	420
Макароны, лапша, лапша домашняя № 1106, вермишель, фигурные изделия	80	80	80	80	80	80
Масло сливочное	12	12	10	10	8	8
Сахар	10	10	10	10	6	6
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны – 15–20 мин, лапшу – 10–12 мин, вермишель – 5–7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар. При отпуске заправляют маслом.

259. Суп молочный с крупой

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	800	800	700	700	500	500
Вода	250	250	350	350	550	550
Крупа рисовая	70	70	70	70	60	60
или манная, кукурузная, хлопья овсяные «Геркулес»,	60	60	60	60	60	60
или ячневая, гречневая, перловая, пшено	80	80	80	80	80	80
Масло сливочное	12	12	10	10	8	8
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Рисовую, кукурузную, гречневую, ячневую, перловую крупы, пшено, хлопья овсяные «Геркулес» варят в подсоленной воде до полуготовности 10–15 мин. Затем добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности.

Кукурузную, перловую крупы можно варить в воде до готовности (соотношение воды и крупы 6 : 1), затем откидывают и закладывают в смесь молока и воды, доводят до кипения, кладут соль, сахар. При отпуске заправляют маслом.

Манную крупу предварительно просеивают, всыпают тонкой струйкой в кипящую смесь молока и воды, кладут соль, сахар и варят 5–7 мин до готовности. При отпуске заправляют маслом.

К супу можно подавать отдельно пшеничные или кукурузные хлопья по 25 г на порцию.

260. Суп молочный с тыквой и крупой

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	800	800	700	700	500	500
Вода	—	—	100	100	300	300
Тыква	343	240	343	240	343	240
Крупа манная	20	20	20	20	20	20
или пшено	30	30	30	30	30	30

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10
Сахар	10	10	10	10	6	6
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Тыкву, нарезанную кубиками, кладут в кипящее молоко или смесь молока и воды и варят до полуготовности, затем добавляют манную крупу или отдельно сваренное до полуготовности пшено, кладут соль, сахар и варят до готовности. При отпуске заправляют маслом.

261. Суп молочный с овощами

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Молоко	500	500	500	500	500	500
Вода	200	200	200	200	250	250
Капуста цветная	192	100	154	80	115	60
или белокочанная	125	100	100	80	75	60
Репа	40	30	—	—	—	—
Картофель	200	150	267	200	333	250
Морковь	50	40	50	40	50	40
Горошек зеленый консервированный	154	100	—	—	—	—
Фасоль овощная (лопатка) свежая	—	—	111	100	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10[1]	10	10[1]	10	10[1]
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] 50% жира используется для пассерования овощей.

Морковь и репу нарезают ломтиками или дольками, картофель–кубиками или дольками, белокочанную капусту–шашками, цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, стручки фасоли разрезают на 2–3 части. Репу, некоторые сорта белокочанной капусты и цветную капусту предварительно бланшируют для удаления горечи.

В кипящую воду кладут пассерованные морковь и репу; картофель, затем капусту, варят при слабом кипении до готовности.

За 5–10 мин до окончания варки кладут горошек зеленый или фасоль, предварительно отваренную, вливают горячее молоко, добавляют соль и доводят до кипения. При отпуске заправляют маслом.

262. Суп молочный с клецками

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Молоко	800	800	700	700	500	500
Вода	—	—	100	100	300	300
Клецки готовые рец. №№ 416, 1105	—	260	—	250	—	240
Масло сливочное	16	16	10	10	10	10
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Готовые клецки кладут при отпуске в порционную посуду, заливают горячим кипяченым молоком или смесью молока и воды с солью и сахаром, заправляют маслом.

263. Суп молочный с картофельными клецками (литовское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	600	600
Вода	190	190
Картофель (для протирания)	400	150[1]
Картофель (для отваривания)	151	110

	БРУТТО	НЕТТО
Соль	1,7	1,7
Масса картофеля	—	250
Масса отварных картофельных клецек	—	270[2]
Масло сливочное	20	20
Выход	—	1000

[1] Потери при протирании и отжиме картофеля составляют 50%.
[2] Выход картофельных клецек предусмотрен с учетом привара (8%).

Картофель очищают, протирают, отжимают, добавляют протертый, предварительно сваренный в кожуре и очищенный картофель, соль. Полученную массу хорошо перемешивают. Из массы делают круглые клецки (диаметром 2 см) и варят в воде, предназначенной для супа. Затем добавляют молоко, доводят до кипения, кладут соль. При отпуске заправляют маслом.

264. Суп молочный с горохом и перловой крупой (эстонское национальное блюдо)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	500	500	400	400	—	—
Вода	120	120	230	230	—	—
Горох шелушеный (лущеный)	141	140	141	140	—	—
Масса готового гороха	—	290	—	290	—	—
Крупа перловая	40	40	40	40	—	—
Масса каши	—	120	—	120	—	—
Масло сливочное	30	30	20	20	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Предварительно подготовленный горох и перловую крупу (с. 74) варят до готовности, добавляют смесь горячего молока и воды, доводят до кипения, кладут соль. При отпуске заправляют маслом.

265. Пиена зупа ар спеки (суп молочный с копченостями) (латвийское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	500	500
Вода	200	200
Корейка копченая[1]	79	60
Лук репчатый	48	40
Морковь	100	80
Картофель	400	300
Выход	—	1000

[1] Корейка без шкуры и костей.

Корейку варят, нарезают кубиками и обжаривают вместе с шинкованным луком репчатым, затем кладут в кипящую воду, добавляют нарезанные кубиками морковь и картофель, кладут соль. В конце варки добавляют горячее молоко и доводят до кипения.

СУПЫ-ПЮРЕ

Супы-пюре готовят из овощей, круп, бобовых, из птицы, печени, грибов и других продуктов. Супы-пюре приготовляют вегетарианскими, на костном бульоне, на отварах или бульонах, получаемых при варке или припускании продуктов, входящих в рецептуру супов, а также на цельном молоке или смеси молока и воды.

Продукты, предназначенные для супов-пюре, подвергают варке, тушению или припусканию до полной готовности, затем протирают. Чтобы частицы протертых продуктов были равномерно распределены по всей массе и не оседали на дно посуды, в супы-пюре (кроме супов из круп) добавляют белый соус, приготовленный из муки (пассерованной с жиром или без жира) и бульона или отвара овощей.

Для повышения пищевой ценности и улучшения вкусовых качеств супы, кроме «Супа-пюре из бобовых», заправляют сливочным маслом и горячим молоком или яично-молочной смесью (льезоном). Вместо молока и масла сливочного для заправки супов-пюре можно использовать сливки. Масло сливочное при приготовлении супов по II и III колонкам можно заменить маргарином столовым. Заправку вводят в готовые супы-пюре, после этого их не кипятят.

Для приготовления яично-молочной смеси яичные желтки размешивают, постепенно добавляют горячее молоко и проваривают при слабом нагреве на водяной бане до загустения, не доводя до кипения, затем процеживают.

При приготовлении вегетарианских супов-пюре норму вложения молока и яиц для заправки можно увеличить на 50% против указанной в рецептуре.

Готовые супы-пюре хранят до отпуска на водяной бане или плите при температуре 80–85 °С.

Часть входящих по рецептуре продуктов можно не протирать и вводить в суп при отпуске как гарнир (15–20 г на порцию).

Ко всем супам-пюре отдельно можно подать кукурузные или пшеничные хлопья (25 г на порцию), или пирожки (рец. №№ 1091, 1093), или гренки из пшеничного хлеба (рец. № 1107) (20 г на порцию).

Наряду с традиционной технологией приготовления супов-пюре из круп рекомендуется также приготовлять их с предварительным размолом и завариванием крупы в бульоне или воде, минуя процесс протирания.

Можно применять крупяную муку промышленного изготовления.

266. Суп-пюре из картофеля

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	480	360	480	360	480	360
Морковь	25	20	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Мука пшеничная	20	20	20	20	20	20
Масло сливочное	30	30	20	20	20	20
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Картофель варят в бульоне или подсоленной воде до полуготовности, кладут петрушку (корень), затем пассерованные морковь и лук репчатый, варят до готовности, протирают. Протертые овощи соединяют с белым соусом, разводят бульоном и проваривают. Готовый суп заправляют льезоном или горячим молоком с маслом сливочным.

Лук-порей нарезают соломкой, пассеруют и кладут при отпуске.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

267. Суп-пюре из моркови или репы

Морковь	400	320	400	320	400	320
или репа	480	360	480	360	480	360
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	24	20
Мука пшеничная	20	20	20	20	20	20
Крупа рисовая	30	30	20	20	—	—
Масло сливочное	30	30	20	20	20	20
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	650	650	700	700	700	700
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Лук, морковь или репу нарезают соломкой; репу предварительно бланшируют в течение 1–2 мин. Овощи слегка пассеруют, затем припускают с добавлением небольшого количества бульона или воды до готовности и протирают. В остальном суп готовят, как указано в рец. № 266.

На гарнир используют рассыпчатый рис. Суп можно приготовить и без риса.

268. Суп-пюре из разных овощей

Капуста свежая	100	80	100	80	100	80
Картофель	120	90	120	90	120	90
Репа	80	60	80	60	80	60
Морковь	75	60	75	60	75	60
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Горошек зеленый консервированный	77	50	31	20	—	—
Мука пшеничная	20	20	20	20	20	20
Масло сливочное	30	30	20	20	20	20
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Лук шинкуют и пассеруют, остальные овощи нарезают и припускают, репу предварительно бланшируют. За 5–10 мин до окончания припускания добавляют пассерованный лук, горошек зеленый, затем все протирают. В остальном суп готовят, как указано в рец. № 266.

Часть горошка зеленого можно положить в целом виде в суп-пюре, довести до кипения и заправить.

269. Суп-пюре из кабачков или тыквы

Кабачки	388	260	388	260	388	260
или тыква	371	260	371	260	371	260
Морковь	25	20	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	—	—	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	48	40
Лук-порей	53	40	53	40	53	40
Фасоль овощная (лопатка) свежая	44	40	—	—	—	—
Горошек зеленый консервированный	—	—	62	40	—	—
Мука пшеничная	30	30	30	30	30	30

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное	30	30	20	20	20	20
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Нарезанные кабачки или тыкву припускают. За 5–10 мин до окончания припускания добавляют пассерованные лук и морковь, горошек зеленый или фасоль, припускают до готовности, затем протирают. В остальном суп готовят и отпускают, как указано в рец. № 266. Горошек зеленый или фасоль и пассерованный лук-порей можно не протирать, а положить в суп-пюре до его заправки, довести до кипения и заправить.

270. Суп-пюре из спаржи или цветной капусты

Спаржа	205	150	151	110	—	—
или капуста цветная	385	200	288	150	—	—
Морковь	25	20	25	20	—	—
Петрушка (корень)	13	10	—	—	—	—
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Мука пшеничная	40	40	40	40	—	—
Масло сливочное	40	40	40	40	—	—
Молоко	200	200	150	150	—	—
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	800	800	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Для гарнира головки очищенной спаржи отрезают. часть соцветий цветной капусты разбирают на мелкие части и варят. Лук и морковь нарезают и пассеруют. Остальную спаржу или цветную капусту заливают небольшим количеством бульона или воды и припускают. За 5–10 мин до окончания припускания добавляют остальные овощи и доводят до готовности, затем протирают. В остальном суп готовят, как указано в рец. № 266.

Подготовленную для гарнира спаржу или цветную капусту кладут в суп при отпуске.

271. Суп-пюре из шпината или салата

Шпинат	405	300	405	300	405	300
или салат	417	300	417	300	417	300
Лук репчатый	48	40	48	40	—	—
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Мука пшеничная	40	40	40	40	40	40
Масло сливочное	30	30	20	20	20	20
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Листья салата или шпината припускают и протирают. Лук и петрушку шинкуют, припускают и протирают. Затем все соединяют с протертой зеленью. На отваре шпината или салата приготовляют белый соус. В остальном суп готовят, как указано в рец. № 266. Для гарнира морковь нарезают мелкими кубиками, припускают и кладут в суп при отпуске. Отдельно подают гренки (рец. № 1107). Свежий шпинат можно заменить консервированным.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

272. Суп-пюре из бобовых

Морковь	25	20	25	20	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Горох шелушеный (лущеный) или фасоль	141	140	141	140	121	120
Мука пшеничная	20	20	20	20	20	20
Масло сливочное	20	20	20	20	10	10
или шпик	—	—	—	—	13	12
Бульон или вода	850	850	850	850	850	850
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Бобовые, подготовленные как указано на с. 74, варят до размягчения в бульоне, кладут петрушку (корень), затем пассерованные морковь, лук репчатый и варят до готовности, затем протирают, соединяют с белым соусом, добавляют оставшийся бульон, кладут соль и доводят до кипения.

Отдельно подают гренки (рец. № 1107). Суп можно варить с копченой свиной грудинкой или корейкой. Бульон после варки копченостей добавляют в суп.

273. Суп-пюре из белой фасоли

Морковь	25	20	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук-порей	79	60	—	—	—	—
Лук репчатый	24	20	71	60	71	60
Фасоль белая	202	200	162	160	162	160
Мука пшеничная	8	8	10	10	10	10
Масло сливочное	20	20	20	20	10	10
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Суп-пюре готовят и отпускают, как указано в рец. № 272. Готовый суп заправляют льезоном или горячим молоком с маслом.

274. Суп-пюре из зеленого горошка

Горошек зеленый консервированный	215	140	154	100	154	100
или зеленый сушеный	40	40	40	40	40	40
Морковь	25	20	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	—	—	—	—
Лук репчатый	71	60	71	60	71	60
Мука пшеничная	40	40	40	40	40	40
Масло сливочное	30	30	20	20	20	20
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Для гарнира часть горошка зеленого кипятят в собственном отваре. Лук и морковь нарезают, пассеруют, припускают в небольшом количестве бульона до готовности вместе с остальным зеленым горошком, предусмотренным рецептурой, затем протирают. В остальном суп готовят и отпускают, как в рец. № 266.

275. Суп-пюре из свежих грибов

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	25	20	25	20	—	—
Петрушка (корень)	13	10	—	—	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	—	—
Шампиньоны или грибы белые свежие	263	200	197	150	—	—
Мука пшеничная	40	40	40	40	—	—
Масло сливочное	30	30	20	20	—	—
Молоко	200	200	150	150	—	—
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	800	800	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

У подготовленных свежих грибов отделяют шляпки. Ножки грибов пропускают через мясорубку с частой решеткой, припускают 20–30 мин с добавлением масла, протирают вместе с предварительно пассерованными и припущенными кореньями. Далее суп варят обычным способом.

Шляпки грибов нарезают тонкими ломтиками, припускают до готовности и кладут в суп при отпуске.

276. Суп-пюре из крупы перловой или рисовой

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	25	20	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	24	20
Крупа перловая	80	80	80	80	80	80
или рисовая	100	100	100	100	100	100
Масло сливочное	20	20	20	20	10	10
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Вареную крупу, пассерованные и припущенные овощи вместе с отваром протирают. Полученную массу разводят до консистенции супа-пюре, доводят до кипения и заправляют льезоном или горячим молоком с маслом. Отдельно подают гренки (рец. № 1107).

277. Суп-пюре из птицы

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	290	200	218	150	—	—
или индейка	272	200	204	150	—	—
или бройлер-цыпленок	278	200	209	150	—	—
или утка	309	200	232	150	—	—
Морковь	25	20	25	20	—	—
Петрушка (корень)	27	20	—	—	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	—	—
Мука пшеничная	30	30	40	40	—	—
Масло сливочное	40	40	40	40	—	—
Молоко	200	200	150	150	—	—
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Вода	750	750	800	800	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	

Птицу варят, мякоть отделяют от костей. Для гарнира филе птицы нарезают соломкой, заливают небольшим количеством бульона, кипятят. Остальную мякоть пропускают через мясорубку с частой решеткой и протирают. В остальном суп варят обычным способом. Готовый суп заправляют льезоном. При отпуске в порционную посуду кладут филе птицы, нарезанное соломкой, отдельно подают гренки (рец. № 1107).

278. Суп-пюре из печени

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Печень говяжья	181	150	120	100	—	—
или телячья, баранья, свиная	170	150	114	100	—	—
или куриная, или индейки, или утиная, или гусиная	—	150	—	100	—	—
Морковь	50	40	50	40	—	—
Петрушка (корень)	27	20	27	20	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40	—	—
Мука пшеничная	40	40	40	40	—	—
Масло сливочное	40	40	40	40	—	—
Молоко	200	200	150	150	—	—
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	-	—
Бульон или вода	750	750	800	800	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Печень, нарезанную кусочками, слегка поджаривают вместе с морковью и луком, тушат до готовности в небольшом количестве бульона, затем протирают. В остальном суп готовят и отпускают, как в рец. № 266.

СУПЫ ПРОЗРАЧНЫЕ

Прозрачные супы состоят из прозрачных бульонов и гарниров, которые готовят отдельно. Бульоны для прозрачных супов получают в результате осветления и насыщения экстрактивными веществами бульонов из пищевых костей, птицы, дичи и рыбы. Для осветления используют мясо, кости птицы и дичи, белок яйца. Наряду с обычным способом осветления прозрачных бульонов можно рекомендовать осветление оттяжкой, приготовленной из смеси моркови с яичными белками.

Для осветления 1000 г бульона необходимо взять моркови 100 г (массой нетто) и $1\,^1/_2$ шт. яйца. Очищенную морковь натирают, добавляют слегка взбитые белки яиц. Смесь тщательно перемешивают.

В охлажденный до 70 °С бульон вводят приготовленную оттяжку, перемешивают, добавляют подпеченные морковь и лук, накрывают котел крышкой и доводят бульон до кипения. После закипания с поверхности бульона снимают жир и пену и варят бульон при слабом кипении в течение 30 мин. После окончания варки бульон настаивают 30 мин, снимают жир с поверхности, после чего бульон процеживают.

В качестве гарниров к прозрачным бульонам используют различные овощи, изделия из мяса, птицы, рыбы, яиц, крупы, а также гренки, пирожки, кулебяки, расстегаи и др.

При отпуске в порционную посуду кладут гарнир и наливают бульон. В бульонных чашках отпускают только прозрачный бульон. Пирожки, кулебяки, расстегаи, гренки пшеничные отпускают отдельно на пирожковой тарелке. Выход бульона дан в рецептурах на 1000 г, гарниры – на порцию. Рекомендуемая порция бульона – 300 и 400 г.

279. Бульон мясной прозрачный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кости пищевые (говяжьи, кроме позвоночных)	500	500	375	375	250	250
Говядина (котлетное мясо) для оттяжки	190	140	149	110	113	83
Яйца для оттяжки	2/5 шт.	16	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10
Морковь	16	13	13	10	10	8

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Петрушка (корень)	13	10	11	8	7	5
или сельдерей (корень)	15	10	12	8	7	5
Лук репчатый	15	13	12	10	10	8
Вода	1400	1400	1400	1400	1400	1400
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Из костей готовят бульон, как указано на с. 73. Для приготовления оттяжки мясо пропускают через мясорубку, заливают холодной водой (1,5–2 л воды на 1 кг мяса), добавляют соль и настаивают на холоде в течение 1–2 ч. Можно добавить пищевой лед вместо части воды. Перед окончанием настаивания в смесь добавляют слегка взбитые яичные белки и перемешивают оттяжку.

Для придания мясному прозрачному бульону свойственного ему коричневого оттенка и аромата морковь, лук и белые коренья подпекают до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания. Сваренный бульон охлаждают до 50–60 °С, частью его разводят оттяжку, вводят ее в бульон и осторожно размешивают, добавляют подпеченные лук и коренья. Бульон с оттяжкой нагревают и проваривают при слабом кипении 1–1,5 ч до тех пор, пока оттяжка не осядет на дно. При этом бульон не только осветляется, но и обогащается из оттяжки растворимыми питательными веществами. По окончании варки с бульона снимают жир, осторожно процеживают и снова доводят до кипения. Хранят на мармите не более 2 ч.

280. Бульон из кур или индеек прозрачный

Курица	390	269	260	179	—	—
или индейка	352	259	234	172	—	—
Масса вареной птицы[1]	—	188	—	125	—	—
или кости кур, индейки	750	750	625	625	—	—
Яйца для оттяжки	2/5 шт.	16	1/3 шт.	13	—	—
Морковь	16	13	13	10	—	—
Петрушка (корень)	13	10	11	8	—	—
или сельдерей (корень)	15	10	12	8	—	—
Лук репчатый	12	10	10	8	—	—
Вода	1300	1300	1300	1300	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1] С учетом потерь на порционирование.

Варят бульон при слабом нагреве, удаляя пену и жир. За 40–60 мин до готовности бульона в него добавляют подпеченные овощи. Готовый бульон процеживают, доводят до кипения и хранят на мармите.

Для осветления бульона готовят оттяжку. Для приготовления оттяжки расходуют дополнительно кости птицы по 200 г на 1000 г бульона. Измельченные кости кур или индеек заливают холодной водой (1–1,5 л на 1 кг костей), добавляют соль и выдерживают 1–2 ч на холоде при температуре 5–7 °С, затем добавляют слегка взбитый яичный белок. Бульон охлаждают до 50–60 °С, вводят оттяжку, хорошо перемешивают и варят при слабом кипении 1–1,5 ч, затем процеживают.

Бульон из кур или индеек отпускают с кусочком вареной курицы или индейки.

ГАРНИРЫ, ПИРОЖКИ, ГРЕНКИ К БУЛЬОНАМ

Приведенные ниже гарниры даны из расчета на порцию бульона массой 400 г. При уменьшении порции бульона норма гарнира может быть уменьшена (соответственно массе порции бульона).

Таблица 7

№ п/п	Наименование гарниров	На порцию (масса г) I	II	III
1.	Пирожки №№ 1091, 1093	75	75	75
2.	Гренки из пшеничного хлеба № 1107	20	20	20
3.	Гренки с сыром № 1108	55	45	40
4.	Гренки острые № 1109	65	60	—
5.	Хлопья кукурузные или пшеничные	25	25	25
6.	Расстегаи №№ 1100, 1101, 1102	1 шт.	1 шт.	—
7.	Профитроли № 1112	21	—	—
8.	Пельмени №№ 1068, 1071	175	150	100
9.	Клецки манные № 416, мучные № 1105	130	125	120
10.	Яйцо	40	—	—
11.	Омлет с морковью № 477	55	40	—
12.	Фрикадельки мясные № 184	100	75	50
13.	Фрикадельки рыбные № 226	100	75	50

281. Рис запеченный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	40	40	40	40	—	—
Масло сливочное	15	15	12	12	—	—
Яйца	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8	—	—
Томатное пюре	5	5	5	5	—	—
Сыр	16,5	15	11	10	—	—
Выход	—	125	—	120	—	—

Крупу рисовую припускают (соотношение крупы и воды 1 : 2) с маслом и томатным пюре, охлаждают, добавляют сырые яйца, половину нормы тертого сыра, перемешивают, выкладывают на противень или в порционные формы, смазанные маслом, посыпают оставшимся сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

Запеченный рис кладут в бульон при отпуске или подают отдельно.

282. Рис, запеченный с овощами

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Морковь	25	20	25	20	—	—
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
или сельдерей (корень)	15	10	15	10	—	—
Лук-порей	26	20	26	20	—	—
Горошек зеленый консервированный	15	10	15	10	—	—
Крупа рисовая	25	25	25	25	—	—
Масло сливочное	20	20	15	15	—	—
Яйца	1/3 шт.	13	1/5 шт.	8	—	—
Сыр	16,5	15	11	10	—	—
Выход	—	125	—	120	—	—

Крупу рисовую припускают с маслом и заправляют, как указано в рец. № 281. Овощи нарезают соломкой и пассеруют на масле до готовности, добавляют зеленый горошек и соль. Половину подготовленного риса выкладывают на противень, на него кладут слой овощей, разравнивают и сверху кладут слой риса, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

Отпускают, как в рец. № 281.

283. Овощи

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Морковь	75	60	75	60	75	60
Репа	—	—	27	20	27	20
или брюква	—	—	26	20	26	20
Петрушка (корень)	27	20	27	20	7	5
Сельдерей (корень)	7	5	—	—	—	—
Капуста белокочанная	—	—	—	—	38	30
Лук-порей	39	30	—	—	—	—
Шпинат	14	10	20	15	—	—
или салат	14	10	21	15	—	—
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10
Выход	—	100	—	100	—	100

Капусту мелко шинкуют, ошпаривают кипятком. Остальные овощи нарезают соломкой, слегка пассеруют на масле. Затем капусту и овощи соединяют, заливают бульоном (10–15% от массы овощей) и доводят до готовности. За 5–6 мин до окончания варки добавляют нарезанные листья шпината или салата.

Отпускают, как в рец. № 281.

284. Овощи и зелень

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Цветная капуста	96	50	58	30	—	—
Морковь	31	25	38	30	50	40
Репа	—	—	20	15	33	25
или брюква	—	—	19	15	32	25
Петрушка (корень)	7	5	13	10	13	10
Сельдерей (корень)	—	—	7	5	7	5
Шпинат	—	—	—	—	14	10
или салат	—	—	—	—	14	10
Фасоль овощная (лопатка) свежая	44	40	44	40	—	—
или горох овощной (лопатка) свежий	44	40	44	40	—	—
или горошек зеленый консервированный	62	40	62	40	31	20
Соль для варки овощей	10	10	10	10	10	10
Выход	—	100	—	100	—	100

Корнеплоды нарезают брусочками и припускают по отдельности. Репу или брюкву предварительно ошпаривают. Разобранную на мелкие соцветия цветную капусту, стручки фасоли, нарезанные ромбиками, целые лопаточки зеленого горошка, листья салата или шпината, нарезанные на 3–4 части, отваривают по отдельности в подсоленной воде. Горошек зеленый консервированный прогревают в собственном отваре, после чего отвар сливают.

Припущенные овощи кладут при отпуске.

285. Овощи и яйца

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1 шт.	40
Масса вареного яйца	—	40
Овощи № 283		
или овощи и зелень № 284	—	100
Выход	—	140

Яйца варят «в мешочек» (с. 203), кладут в бульон, овощи подают отдельно.

	БРУТТО	НЕТТО
286. Капуста цветная или брюссельская		
Капуста цветная	213	111
или капуста брюссельская	182	118
Соль для варки овощей	10	10
Выход	—	100

Капусту разбирают на мелкие кочанчики или соцветия и варят в подсоленной воде.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
287. Капуста савойская и овощи						
Капуста савойская	64	50	64	50	—	—
Репа	20	15	—	—	—	—
Морковь	13	10	25	20	—	—
Петрушка (корень)	7	5	7	5	—	—
Сельдерей (корень)	7	5	7	5	—	—
Лук репчатый	12	10	36	30	—	—
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Помидоры свежие	47	40	29	25	—	—
Соль для варки овощей	10	10	10	10	—	—
Выход	—	100	—	100	—	—

Капусту савойскую нарезают шашками, мелкий лук репчатый оставляют головками. Остальные овощи нарезают дольками. Подготовленные овощи припускают по отдельности.

Гарнир кладут в бульон при отпуске.

288. Омлет натуральный

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Яйца	3/4 шт.	30	1/2 шт.	20	—	—
Молоко	30	30	25	25	—	—
Масло сливочное	1	1	1	1	—	—
Соль	1	1	1	1	—	—
Выход	—	55	—	40	—	—

Яйца, молоко, соль хорошо перемешивают и процеживают, затем разливают в формы или противни, смазанные маслом сливочным, и варят на водяной бане при температуре не выше 85 °С.

	БРУТТО	НЕТТО
289. Клецки из кур с шампиньонами		
Курица	167	60[1]

[1] Мякоть кур (без кожи).

	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	30	30
Яйца	1/6 шт.	7
Масло сливочное	5	5
Шампиньоны свежие	26	20
Томатное пюре	3	3
Шпинат	24	9[2]
Соль	1	1
Масса полуфабриката	—	100
Выход	—	75

[2] Масса припущенного шпината.

Мякоть кур измельчают, протирают, выбивают с добавлением молока, яиц и масла сливочного.

Вареные рубленые шампиньоны добавляют в протертую массу. Эту массу делят на 3 части, в одну добавляют пюре шпината, в другую – томатное пюре, благодаря чему клецки приобретают пестрый, розовый и зеленоватый цвет.

Подготовленную массу выпускают из конверта на противень в форме пуговок или раковых шеек, заливают горячей водой и варят, не доводя до кипения, при температуре 80–85 °С.

Клецки кладут в бульон при отпуске.

290. Борщок с гренками

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кости пищевые	400	400	400	400	—	—
Кости свинокопченостей	100	100	100	100	—	—
Говядина (котлетное мясо)	152	112	120	88	—	—
Яйца для оттяжки	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10	—	—
Морковь	13	10	13	10	—	—
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Сельдерей (корень)	9	6	9	6	—	—
Лук репчатый	12	10	12	10	—	—
Уксус 3%-ный	16	16	16	16	—	—
Свекла	250	200	250	200	—	—
Вода	1500	1500	1500	1500	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—
Гренки на порцию 500 г						
№ 1108	—	45	—	40	—	—
№ 1109	—	65	—	60	—	—

Готовят костный бульон, как указано в рец. № 174, с добавлением костей свинокопченостей. Можно измельченные кости свинокопченостей добавлять в оттяжку.

В осветленный бульон (с. 119) вводят уксус, мелко нарезанную или натертую свеклу и варят 5–10 мин, затем процеживают. Борщок отпускают в бульонных чашках, гренки подают отдельно.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

291. Суп из савойской капусты

Капуста савойская	385	300	385	300	—	—
Репа	53	40	53	40	—	—
Морковь	50	40	50	40	—	—
Петрушка (корень)	27	20	27	20	—	—
Сельдерей (корень)	15	10	—	—	—	—
Лук репчатый	36	30	48	40	—	—
Лук-порей	66	50	—	—	—	—
Помидоры свежие	59	50	59	50	—	—
Маргарин столовый	20	20	16	16	—	—
Бульон №№ 279, 280	800	800	800	800	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Коренья и лук нарезают крупными дольками и слегка пассеруют. Капусту нарезают дольками вместе с кочерыжкой, закладывают в кипящий прозрачный бульон, доводят до кипения, кладут овощи и варят до готовности. За 5–10 мин до конца варки добавляют свежие помидоры, нарезанные дольками.

292. Рыбный бульон (уха) с фрикадельками

Рыба-мелочь (ерши, окуни)	500	—	333	—	250	—
или рыбные пищевые отходы	500	500	375	375	313	313
Яйца для оттяжки	$1^1/_2$ шт.	60	$1^1/_4$ шт.	50	1 шт.	40
Петрушка (корень)	13	10	11	8	7	5
Лук репчатый	45	38	30	25	24	20
Вода	1300	1300	1300	1300	1300	1300
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Фрикадельки рыбные № 226 на порцию 400 г	—	100	—	75	—	50

Рыбу-мелочь, не очищая от чешуи, потрошат и удаляют жабры. Подготовленную рыбу-мелочь или рыбные пищевые отходы заливают холодной водой, после закипания снимают пену, добавляют петрушку и лук и варят 40–50 мин при слабом кипении. Готовый бульон процеживают и осветляют яичными белками, для чего в рыбный бульон, охлажденный до температуры 50–60 °С, вводят яичные белки, тщательно смешанные с 5-кратным количеством холодного бульона, соль, размешивают и варят при слабом кипении 20–30 мин. Готовый бульон процеживают. Фрикадельки припускают отдельно и кладут в бульон при отпуске.

293. Уха с расстегаями

Лимон	22	20	14	13	—	—

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Петрушка (зелень) или укроп	11	8	11	8	—	—
Рыбный бульон (уха) № 292	1000	1000	1000	1000	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—
Расстегаи № 1100 на порцию 400 г	—	100	—	100	—	—

Лимон и мелко нарезанную зелень подают к ухе отдельно, расстегаи по 1–2 шт. на порцию. Уху можно подавать без лимона и зелени.

294. Уха из стерляди или налима, или судака, или клыкача

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Стерлядь	431	250	324	188	—	—
или судак	455	250	342	188	—	—
или налим (речной и озерный)	567	244	426	183	—	—
или клыкач	452	244	339	183	—	—
Масса вареной рыбы[1]	—	200	—	150	—	—
Масло сливочное	8	8	5	5	—	—
Морковь	16	13	16	13	—	—
Лимон	22	20	14	13	—	—
Петрушка (зелень) или укроп	11	8	11	8	—	—
Рыбный бульон (уха) № 292	1000	1000	1000	1000	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1] Масса вареной рыбы на порцию бульона 400 г	—	100	—	75	—	—

Порционные куски стерляди, ошпаренные и зачищенные от хрящей (с кожей), филе судака, клыкача (с кожей и реберными костями), налима (без кожи с реберными костями) варят в небольшом количестве рыбного бульона, периодически удаляя пену. Бульон от вареных порций рыбы добавляют в уху. Морковь, измельченную на терке, пассеруют на масле сливочном, которое затем процеживают и добавляют в готовую уху.

Сваренную рыбу кладут в бульон при отпуске. Лимон и мелко нарезанную зелень подают к ухе отдельно в розетке. Можно подать расстегаи (рец. № 1100).

295. Уха ростовская

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Судак	455	250	342	188	—	—
Масса вареной рыбы[1]	—	200	—	150	—	—
Кости рыбные	200	200	200	200	—	—

[1] Масса вареной рыбы на порцию 500 г	—	100	—	75	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	400	300	400	300	—	—
Петрушка (корень)	53	40	53	40	—	—
Лук репчатый	60	50	60	50	—	—
Помидоры свежие	200	170	200	170	—	—
Масло сливочное	30	30	20	20	—	—
Петрушка (зелень) или укроп	5	4	5	4	—	—
Вода	1100	1100	1100	1100	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Из костей рыбных варят бульон и процеживают. В кипящий бульон закладывают картофель и овощи, нарезанные дольками. За 10–15 мин до окончания варки кладут филе судака (с кожей и реберными костями) 1–2 куска на порцию, затем помидоры, нарезанные дольками, и специи. По окончании варки в уху кладут масло сливочное. Уху можно приготовить и без масла.

296. Уха рыбацкая

Рыба-мелочь (ерши, окуни)	200	—	200	—	200	—
Судак	342	188/150[1]	227	125/100[1]	115	63/50[1]
Налим (речной и озерный)	426	183/150[1]	284	122/100[1]	142	61/50[1]
Картофель	400	300	400	300	400	300
Лук репчатый	60	50	60	50	60	50
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
Масло сливочное	20	20	16	16	10	10
Петрушка (зелень) или укроп	5	4	5	4	5	4
Вода	1100	1100	1100	1100	1100	1100
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1]Масса вареной рыбы.

Из рыбы-мелочи варят бульон и процеживают. В кипящий бульон закладывают картофель целыми клубнями, лук головками, петрушку, нарезанную тонкими кружочками, и варят. За 15 мин до готовности ухи кладут подготовленные порции рыбы (филе судака с кожей и реберными костями и филе налима без кожи с реберными костями). По окончании варки в уху кладут масло сливочное. Мелко нарезанную зелень подают к ухе отдельно.

При массовом приготовлении ухи рыбацкой рыбу варят отдельно и кладут при отпуске. Рыбацкую уху можно приготовить и без масла. Ее можно готовить из одного судака или налима, или из сома, щуки, кеты, сазана, соответственно увеличив закладку рыбы.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

В группу холодных супов включены супы, приготовляемые из овощей и других продуктов на хлебном квасе, овощных отварах, кефире. В эту группу входят окрошки, борщи холодные, свекольник, ботвинья, щи зеленые.

Картофель, коренья, мясные и другие продукты для этих супов варят, нарезают мелкими кубиками или соломкой. Лук зеленый шинкуют. Для некоторых холодных супов часть лука (1/4 от нормы) растирают деревянным пестиком с небольшим количеством соли до появления сока. У огурцов с грубой кожей и крупными семенами предварительно очищают кожу и удаляют семена. Огурцы с тонкой кожей и мелкими семенами не очищают. При использовании неочищенных огурцов (с кожей и семенами) норма вложения их массой брутто соответственно уменьшается. Белки яиц, сваренных вкрутую, мелко нарезают, а желтки растирают с частью сметаны (в соответствии с рецептурой), горчицей, солью, сахаром и разводят квасом или квасом со свекольным отваром. В приготовленную смесь добавляют растертый с солью лук, нарезанные продукты и все перемешивают. Остальную часть сметаны и яиц кладут в порционную посуду при

отпуске. При массовом приготовлении окрошки на квасе нарезанные продукты смешивают и хранят в холодильнике. Перед отпуском подготовленные продукты (смесь) кладут в порционную посуду, заливают заправленным квасом и добавляют оставшуюся часть яиц и сметаны.

Окрошки, борщи, свекольник и другие холодные овощные супы посыпают мелко нарезанным укропом – 4 г нетто на порцию (500 г). Норма соли – 3 г на порцию (500 г).

Для окрошек, приготовляемых на кефире, используют только бутылочный пастеризованный кефир.

Холодные супы хранят в холодильнике. Отпускают при температуре не выше 14 °С.

Хлебный квас может поступать в предприятия общественного питания от промышленности (ОСТ 18-118-73) и может приготовляться в самом предприятии[1].

---

[1] Изготовление кваса допускается в предприятиях общественного питания, при условии наличия необходимого оборудования и разрешения местного учреждения санитарно-эпидемиологической службы в каждом отдельном случае.

297. Хлебный квас

	БРУТТО	НЕТТО
Сухари ржаные	4000	4000
или сухой хлебный квас	3500	3500
Сахар	3000	3000
Дрожжи (прессованные)	150	150
Мята кудрявая[1]	150	150
Вода	120000	120000
Выход	—	100 л

---

[1]Можно готовить без мяты.

Хорошо поджаренные сухари измельчают до величины частиц 5–6 мм и засыпают тонкой струей при непрерывном помешивании в воду, предварительно кипяченную и охлажденную до 80 °С. На 4 кг сухарей берут 70 л воды. Засыпанные в воду сухари оставляют на 1–1,5 ч для настаивания в теплом месте, периодически их перемешивая. Полученное сусло сливают, а сухари снова заливают водой (50 л) и вторично настаивают 1–1,5 ч, затем сусло сливают.

В сусло, полученное в результате первого и второго настаивания, добавляют сахар, мяту кудрявую, дрожжи, разведенные небольшим количеством сусла. Температура сусла при введении дрожжей должна быть доведена до 23–25 °С и поддерживаться в течение всего процесса брожения – 8–12 ч. После брожения квас процеживают и охлаждают. Технология приготовления кваса из сухого хлебного кваса аналогична.

298. Окрошка мясная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	329	242	219	161	110	81
Масса готового мяса	—	150	—	100	—	50
Квас хлебный	600	600	700	700	680	680
Лук зеленый	63	50	75	60	100	80
Огурцы свежие	125	100	150	120	75	60
Картофель	—	—	—	—	137	100[1]
Сметана	20	20	10	10	10	10
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Горчица готовая	4	4	4	4	4	4
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	40	40	30	30	20	20

---

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

Приготовляют и отпускают окрошку, как указано на с. 127–128. Вместо говядины можно употреблять нежирную свинину, баранину, соответственно изменив нормы закладки. Мясную окрошку по III колонке можно готовить без яиц. В этом случае норма вложения вареного мяса увеличивается на 20 г нетто на 1000 г окрошки.

299. Окрошка сборная мясная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	132	97	88	65
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	79	60	53	40	53	40
Язык говяжий	67	67	—	—	—	—
Масса готовой говядины	—	50	—	60	—	40
Масса готового окорока	—	60	—	40	—	40
Масса готового языка	—	40	—	—	—	—
Остальные продукты, как в рец. № 298, кроме говядины						
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Приготовляют и отпускают окрошку, как указано на с. 127–128.

300. Окрошка овощная

Квас хлебный	600	600	650	650	670	670
Картофель	137	100[1]	137	100[1]	206	150[1]
Морковь	50	40[1]	50	40[1]	—	—
Репа	29	20[1]	—	—	—	—
Лук зеленый	75	60	75	60	75	60
Редис[2]	—	—	63	40	—	—
Огурцы свежие	163	130	163	130	163	130
Сметана	20	20	20	20	10	10
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Горчица	4	4	4	4	4	4
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	40	40	40	40	20	20

[1] Масса вареных очищенных картофеля, моркови, репы.
[2] Редис красный с ботвой.

Подготовленные овощи нарезают кубиками или короткой соломкой. Окрошку готовят и отпускают, как указано на с. 127–128.

301. Окрошка уральская

Капуста квашеная	186	130	186	130	186	130
Картофель	137	100[1]	206	150[1]	137	100[1]
Остальные продукты, как указано в рец. № 300, кроме картофеля, огурцов свежих						
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

Приготовляют и отпускают окрошку, как указано на с. 127–128.

Вместо свежих огурцов добавляют мелко нарубленную квашеную капусту.

302. Окрошка мясная на кефире

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кефир	325	325	325	325	350	350
Вода кипяченая	325	325	325	325	350	350
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	329	242	219	161	110	81
Масса готовой говядины	—	150	—	100	—	50
Лук зеленый	75	60	75	60	100	80
Огурцы свежие	150	120	150	120	125	100
Картофель	—	—	137	100[1]	137	100[1]
Яйца	$1^1/_2$ шт.	60	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1]Масса вареного очищенного картофеля.

Вареные мясо, картофель и яйца, свежие огурцы нарезают мелкими кубиками или короткой соломкой. Лук зеленый шинкуют. В кефир, смешанный с холодной кипяченой водой, добавляют соль, сахар и хранят на холоде.

При отпуске в порционную посуду кладут нарезанные продукты, наливают охлажденную смесь и посыпают мелко нарезанным укропом.

Для приготовления окрошки можно использовать и другую пастеризованную нежирную молочнокислую продукцию (простоквашу, ацидофилин).

303. Окрошка сборная мясная на кефире

Кефир	325	325	300	300	325	325
Вода	325	325	300	300	325	325
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	132	97	88	65
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	79	60	53	40	53	40
Язык говяжий	67	67	—	—	—	—
Масса готовой говядины	—	50	—	60	—	40
Масса готового окорока	—	60	—	40	—	40
Масса готового языка	—	40	—	—	—	—
Остальные продукты, как указано в рец. № 302, кроме говядины, кефира, воды						
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Готовят окрошку, как указано в рец. № 302.

304. Окрошка овощная на кефире

Кефир	315	315	315	315	325	325
Вода	315	315	315	315	325	325
Картофель	137	100[1]	206	150[1]	275	200[1]
Морковь	50	40[1]	50	40[1]	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
ʼепа	29	20[1]	—	—	—	—
Іук зеленый	100	80	75	60	75	60
ʼедис[2]	—	—	63	40	—	—
Эгурцы свежие	125	100	125	100	163	130
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареных очищенных картофеля, моркови, репы.
[2] Редис красный с ботвой.

Вареные овощи и яйца нарезают мелкими кубиками или короткой соломкой. В остальном готовят и отпускают окрошку, как указано в рец. № 302.

305. Борщ холодный

Свекла	200	160	250	200	150	120
Морковь	50	40	—	—	—	—
Лук зеленый	63	50	63	50	63	50
Огурцы свежие	125	100	125	100	75	60
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Уксус 3%-ный	16	16	16	16	16	16
Вода	800	800	800	800	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	100	100	80	80	30	30

Свеклу и морковь нарезают соломкой. Свеклу припускают с уксусом до готовности. Морковь припускают отдельно, соединяют со свеклой, добавляют горячую воду, соль, сахар, доводят до кипения и охлаждают.

При отпуске в порционную посуду кладут нарезанные огурцы, лук, вареные яйца, наливают борщ, кладут сметану.

Огурцы можно заменить редисом. По III колонке борщ можно готовить без яиц. Норма вложения сметаны при этом увеличивается на 20 г на 1000 г борща. Борщ можно готовить без моркови, соответственно увеличив норму вложения свеклы.

306. Борщ холодный мясной

Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	329	242	219	161	110	81
Масса готовой говядины	—	150	—	100	—	50
Свекла	200	160	250	200	150	120
Лук зеленый	63	50	63	50	63	50
Огурцы свежие	125	100	125	100	75	60
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Уксус 3%-ный	16	16	16	16	16	16
Вода	800	800	800	800	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	100	100	80	80	30	30

Говядину нарезают мелкими кубиками или короткой соломкой. Готовят и отпускают борщ, как указано в рец. № 305.

307. Борщ холодный рыбный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Белуга[1]	214	120	150	84	—	—
или осетр[1]	218	120	153	84	—	—
или севрюга[1]	203	120	142	84	—	—
или треска[1]	158	122	110	85	—	—
или треска г/к[1]	154	100	108	70	—	—
или окунь морской г/к[1]	133	100	93	70	—	—
Масса готовой рыбы	—	100	—	70	—	—
или крабы консервированные[2]	88	70	63	50	—	—
Все остальные продукты, как указано в рец. № 306, кроме говядины						
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1]Норма закладки указана на белугу, осетра, севрюгу-звено с кожей без хрящей, треску потрошеную обезглавленную (филе с кожей и реберными костями); треску г/к и окуня морского г/к-филе (мякоть) крупные.
[2]Крабы освобождаются от внутримышечных пластинок, а сок добавляют в суп.

Технология приготовления такая же, как борща холодного (рец. № 305).

Рыбу припускают или отваривают, охлаждают. Порции рыбы или крабов кладут в борщ при отпуске. Борщ можно готовить без огурцов, при этом соответственно увеличивают закладку свеклы и лука зеленого.

308. Свекольник холодный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	200	160	200	160	200	160
Морковь	50	40	—	—	50	40
Уксус 3%-ный	16	16	16	16	16	16
Квас хлебный	650	650	730	730	700	700
Лук зеленый	63	50	63	50	63	50
Огурцы свежие	125	100	125	100	75	60
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	100	100	80	80	30	30

Свеклу, морковь нарезают кубиками или соломкой и припускают (свеклу припускают с уксусом), овощи охлаждают и кладут в квас. Молодую свеклу используют вместе с ботвой, которую нарезают и отваривают отдельно. Свекольник можно готовить без моркови, норма свеклы при этом соответственно увеличивается. Отпускают свекольник, как указано в рец. № 305.

309. Щи зеленые с яйцом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Щавель	197	150	197	150	132	100
Шпинат	203	150	203	150	135	100
Картофель	—	—	—	—	206	150[1]
Лук зеленый	75	60	100	80	63	50
Огурцы свежие	125	100	125	100	75	60
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Вода	700	700	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	100	100	80	80	30	30

[1]Масса вареного очищенного картофеля.

Щавель и шпинат припускают по отдельности, протирают, смешивают, разводят горячей водой, добавляют соль, сахар, доводят до кипения и охлаждают. Вареный картофель нарезают кубиками или вводят его в виде пюре.

При использовании одного шпината в щи добавляют лимонную кислоту (0,5 г на 1000 г супа). Щи зеленые можно приготовить из консервированных щавеля или шпината или из смеси щавеля и шпината. Нормы вложения их рассчитывают в соответствии с нормами взаимозаменяемости продуктов. Огурцы, яйца, сметану кладут при отпуске. Можно готовить щи без огурцов.

310. Щи зеленые с мясом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	329	242	219	161	110	81
Масса готовой говядины	—	150	—	100	—	50
Все остальные продукты, как указано в рец. № 309						
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Способ приготовления такой же, как и щей зеленых с яйцом. Щи можно готовить без добавления яиц. Вместо говядины можно употреблять нежирную свинину, баранину, кролика, телятину.

311. Щи зеленые с рыбой

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Белуга[1]	214	120	150	84	—	—
или осетр[1]	218	120	153	84	—	—
или севрюга[1]	203	120	142	84	—	—
или треска[1]	158	122	110	85	—	—
или окунь морской г/к[1]	133	100	93	70	—	—
Масса готовой рыбы	—	100	—	70	—	—
или крабы консервированные[2]	88	70	63	50	—	—
Все остальные продукты, как указано в рец. № 309						
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1]Норма закладки указана на белугу, осетра, севрюгу – звено с кожей без хрящей; треску потрошеную обезглавленную (филе с кожей и реберными костями); окуня морского г/к – филе (мякоть) крупное.
[2]Крабы освобождают от внутримышечных пластинок, а сок добавляют в суп.

Способ приготовления такой же, как щей зеленых с яйцом. Щи можно готовить без добавления яиц.

Припущенные или сваренные порционные куски рыбы или крабы кладут в щи при отпуске.

312. Ботвинья

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Квас хлебный	—	700	—	700	—	700
Шпинат	189	140	189	140	189	140
Щавель	105	80	105	80	105	80
Лимон	16	14	11	10	—	—
Сахар	10	10	10	10	10	10
Масса ботвиньи	—	800	—	800	—	800
Для гарнира:						
Лук зеленый	50	40	50	40	50	40
Салат	69	50	69	50	—	—
Огурцы свежие	163	130	163	130	163	130
Хрен (корень)	47	30	47	30	47	30

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Укроп	27	20	27	20	27	20
Масса готового овощного гарнира	—	270	—	270	—	220
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Белуга[1]	214	120	161	90	107	60
или осетр[1]	218	120	164	90	109	60
или севрюга[1]	203	120	153	90	102	60
или треска[1]	158	122	118	91	79	61
Масса готовой рыбы на порцию	—	100	—	75	—	50

[1]Норма закладки указана на белугу, осетра, севрюгу - звено с кожей без хрящей; треску потрошеную обезглавленную (филе с кожей и реберными костями)

Шпинат и щавель припускают по отдельности, протирают, разводят квасом, добавляют соль, сахар и лимонную цедру.

При отпуске ботвиньи кусок вареной холодной рыбы с гарниром подают отдельно, по III колонке рыбу и гарнир кладут в ботвинью. Готовую ботвинью хранят на холоде. Ботвинью можно отпускать с раками (по 1–2 шт. на порцию).

СЛАДКИЕ СУПЫ

Основой сладких супов являются свежие, сушеные или консервированные плоды или ягоды и фруктовые супы (полуфабрикаты). Для приготовления сладких супов можно использовать фруктово-ягодные сиропы, пюре и экстракты, выпускаемые промышленностью.

Перед варкой свежие и сушеные ягоды и плоды перебирают и тщательно промывают. Плоды и ягоды сушеные сортируют по видам, перед варкой их можно замочить в холодной воде для ускорения их разваривания.

Крупные сушеные плоды (груши, яблоки) разрезают на несколько частей. Ягоды для приготовления супов используют в целом виде, свежие плоды нарезают ломтиками или кубиками.

Очистки яблок, груш (кожицу, семенные гнезда) используют для приготовления отваров.

Плоды и ягоды сушеные заливают холодной водой, свежие ягоды и плоды закладывают в кипящую воду, добавляют сахар, доводят до кипения, варят до готовности и заваривают крахмалом, предварительно разведенным в охлажденном отваре и процеженным (на 1 часть крахмала 4 части отвара).

Для ароматизации супа можно добавить корицу, гвоздику, а также цедру цитрусовых плодов.

Сладкие супы подают с различными гарнирами (рец. № 313), которые готовят отдельно. Сладкие супы можно отпускать со сметаной или сливками 25 г, 20 г, 10 г на порцию соответственно по I, II, III колонкам.

Промышленность выпускает для предприятий общественного питания полуфабрикат–супы фруктовые консервированные из яблок, абрикосов, слив, айвы, которые следует широко использовать (рец. № 321).

Супы, приготовленные из полуфабрикатов, отпускают так же, как супы, приготовленные из свежих или сушеных плодов.

313. Гарниры к сладким супам (на порцию 500 г)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	18	18	18	18	18	18
или саго	17	17	17	17	17	17
или лапша, вермишель, рожки, фигурные изделия	17	17	17	17	17	17
Масса готовой крупы, макаронных изделий	—	50	—	50	—	50
Хлопья пшеничные или кукурузные	25	25	25	25	20	20
Клецки №№ 416, 1105	—	—	—	120[1]	—	60[1]
Вареники № 1080	—	75[1]	—	50[1]	—	—

[1]Масса в готовом виде.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Пудинг рисовый или манный № 424	—	75[1]	—	50[1]	—	—
Запеканка манная № 419	—	75[1]	—	50[1]	—	—

314. Суп из плодов свежих

Яблоки	229	160	229	160	100	70
Груши	247	180	247	180	100	73
Слива	133	120	—	—	—	—
или яблоки	629	440	500	350	200	140
или груши	603	440	479	350	200	146
Крахмал картофельный	20	20	20	20	20	20
Сахар	120	120	100	100	80	80
Корица	1	1	1	1	—	—
Вода	650	650	650	650	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Яблоки и груши очищают от кожицы и семенного гнезда, у слив вынимают косточки. Очистки яблок и груш заливают водой, варят до готовности и охлаждают. Отвар процеживают, добавляют до нормы воду, кладут сахар, корицу и доводят до кипения.

Затем закладывают нарезанные плоды и варят с момента закипания 3–4 мин, заваривают крахмалом, доводят до кипения.

315. Суп из цитрусовых

	БРУТТО	НЕТТО
Апельсины свежие	373	250
или мандарины	338	250
Крахмал картофельный	20	20
Сахар	100	100
Вино виноградное	60	60
Вода	800	800
Выход	—	1000

Апельсины или мандарины, очищенные от кожицы, нарезают кружочками. Цедру нарезают соломкой, бланшируют, заливают горячей водой и доводят до кипения. Полученный отвар процеживают, добавляют сахар, кладут нарезанные плоды, варят с момента закипания 3–4 мин, заваривают крахмалом, доводят до кипения, охлаждают и добавляют виноградное вино. Суп можно приготовить без вина.

316. Суп из смеси сухофруктов

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Плоды и ягоды сушеные (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм и др.)	200	200	160	160	80	80
Масса плодов и ягод вареных	—	400	—	320	—	160
Сахар	120	120	100	100	80	80
Крахмал картофельный	20	20	20	20	20	20
Вода	850	850	900	900	1000	1000
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Сушеные плоды и ягоды перебирают, промывают и сортируют по видам. Крупные яблоки и груши разрезают на 2–4 части, заливают холодной водой и варят в закрытой посуде 15–20 мин, затем добавляют остальные плоды и ягоды, сахар и варят до готовности, после чего заваривают крахмалом, доводят до кипения и охлаждают.

317. Суп из плодов или ягод сушеных

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	120	300[1]	100	250[1]	80	200[1]
или груши	200	400[1]	150	300[1]	100	200[1]
или курага[2]	150	300[1]	120	240[1]	—	—
или урюк	200	400[1]	160	320[1]	100	200[1]
или чернослив	200	400[1]	160	320[1]	100	200[1]
или изюм[2]	150	300[1]	120	240[1]	100	200[1]
Сахар	120	120	100	100	80	80
Крахмал картофельный	20	20	20	20	20	20
Кислота лимонная[3]	1	1	1	1	1	1
Корица (для супа из яблок)	1	1	1	1	—	—
Вода	800	800	850	850	1100	1100
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареных плодов и ягод.

[2] С курагой закладку воды увеличить на 50 г (по I кол.), с изюмом закладку воды уменьшить на 150 г (по III кол.).

[3] Кислоту добавляют при недостаточной кислотности супа.

Приготовляют и отпускают суп так же, как суп из смеси сухофруктов (рец. № 316).

318. Суп из ревеня, кураги и яблок

	БРУТТО	НЕТТО
Ревень овощной свежий	133	100
Яблоки	143	100
Курага	50	50
Масса вареного ревеня	—	100
Масса вареных яблок	—	80
Масса вареной кураги	—	100
Сахар	100	100
Крахмал картофельный	20	20
Вода	900	900
Выход	—	1000

У яблок очищают кожицу и удаляют семенное гнездо, курагу предварительно замачивают, ревень очищают от кожицы. Подготовленные яблоки, курагу и ревень нарезают и отваривают в воде с добавлением сахара. Готовый отвар процеживают. Часть плодов и ревеня протирают, часть оставляют нарезанными, заливают отваром, доводят до кипения и заваривают крахмалом.

Свежие яблоки можно заменить сушеными в соответствии с нормами взаимозаменяемости.

319. Суп-пюре из плодов или ягод свежих

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Малина	424	360	306	260	306	260
или земляника (садовая)	424	360	306	260	306	260
или черника	367	360	265	260	265	260

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или вишня	424	360[1]	306	260[1]	306	260[1]
или черешня	379	360	274	260	274	260
или слива	400	360	289	260	289	260
или персики	400	360	289	260	289	260
или абрикосы	419	360	302	260	302	260
или яблоки	514	360	371	260	371	260
или клюква	158	150	126	120	126	120
Крахмал картофельный	20	20	20	20	20	20
Сахар	120	120	100	100	80	80
Корица (для супов из яблок)	1	1	1	1	1	1
Вода	800	800	800	800	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса нетто на вишню без плодоножки и косточки.

У яблок очищают кожицу и удаляют семенное гнездо. Ягоды или плоды перебирают, отделяют плодоножки и промывают. Часть лучших ягод оставляют целыми, у косточковых вынимают косточки. Из черешни, клюквы, вишни, малины и земляники отжимают сок. Яблоки и трудно протираемые плоды предварительно припускают, затем протирают, а оставшуюся мезгу заливают водой, варят и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения, заваривают крахмалом, доводят до кипения, затем добавляют ягодный сок или пюре и охлаждают. Целые ягоды кладут при отпуске.

320. Суп-пюре из плодов сушеных

	БРУТТО	НЕТТО
Курага	120	120
Яблоки	100	100
Сахар	100	100
Крахмал картофельный	16	16
Корица	1	1
Вода	1000	1000
Выход	—	1000

Сушеные яблоки, курагу перебирают, тщательно промывают, крупные яблоки режут на части, заливают холодной водой и варят до готовности, протирают, добавляют сахар, корицу, доводят до кипения, заваривают крахмалом, доводят до кипения.

321. Суп фруктовый консервированный (полуфабрикат)

Суп из яблок	347	340
или из абрикосов	347	340
или из слив	347	340
или из айвы	347	340
Крахмал картофельный	20	20
Вода	700	700
Выход	—	1000

В кипящую воду вводят суп фруктовый (полуфабрикат), доводят до кипения, вливают при помешивании предварительно разведенный в холодной воде процеженный крахмал картофельный, дают закипеть и охлаждают.

При приготовлении фруктового супа из абрикосов с косточкой количество полуфабриката фруктового супа из абрикосов (с косточкой) может быть увеличено до 400 г нетто.

Во фруктовые супы можно добавить сахар до 10 г, соли до 4 г на 1000 г супа.

Суп фруктовый может быть приготовлен из смеси фруктовых супов (полуфабрикатов) в различных сочетаниях.

322. Суп с пивом (сладкий) (эстонское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	625	625
Пиво «Жигулевское»	300	300
Сахар	75	75
Яйца	$2^1/_2$ шт.	100
Хлеб пшеничный	50	50
Масса подсушенного хлеба	—	35
Выход	—	1000

Яйца взбивают с сахаром, соединяют с пивом и добавляют к горячему (не выше 60 °С) молоку. Смесь подогревают, затем охлаждают. Охлажденной смесью заливают нарезанный кубиками, предварительно подсушенный хлеб.

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ, ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

Для приготовления блюд овощи подвергают различным приемам тепловой обработки – варке, припусканию, жаренью, тушению и запеканию.

При тепловой обработке в овощах происходят различные физико-химические изменения, в результате которых они приобретают новые свойства, характерные для кулинарно обработанных продуктов.

Пищевая ценность овощных блюд обусловлена высоким содержанием в них витаминов, углеводов и минеральных солей, легко усвояемых и необходимых организму человека.

Содержащиеся в овощах минеральные соли, углеводы и витамин С легко растворяются в воде, поэтому очищенные овощи не рекомендуется оставлять на длительный срок в холодной воде; особенно это относится к очищенному и нарезанному картофелю, активность витамина С в котором при хранении в воде снижается на 40%. Для лучшей сохранности витамина С овощи при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде при слабом кипении.

Тщательное соблюдение технологических правил кулинарной обработки овощей способствует более полному сохранению витаминов, минеральных солей и других питательных веществ в приготовляемых овощных блюдах.

Готовые овощные блюда при отпуске потребителю рекомендуется посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа (2–3 г нетто на порцию) или зеленым луком (5–10 г нетто на порцию). К блюдам из картофеля можно подавать дополнительно свежие или соленые огурцы, помидоры, квашеную капусту, соленые и маринованные грибы, закусочные овощные консервы (икру баклажанную, кабачковую, перец фаршированный и т. п.) в количестве 50–100 г нетто на порцию.

ОТВАРНЫЕ КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ

Картофель и морковь варят очищенными, свеклу – в кожице. Сушеные овощи перед варкой промывают, заливают водой и оставляют для набухания на 1–3 ч, затем варят в этой же воде. Сушеные грибы промывают, заливают холодной водой и оставляют для набухания на 3–4 ч, затем в этой же воде варят при слабом кипении 1,5–2 ч; соленые грибы промывают.

Варить овощи можно в воде или на пару. Картофель и морковь лучше варить на пару, при этом пищевая ценность и вкусовые качества продукта сохраняются лучше. Особое значение приобретает варка паром для сильно разваривающегося рассыпчатого картофеля, так как при варке в воде он становится водянистым и менее вкусным.

При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,6–0,7 л воды на 1 кг овощей). Уровень воды должен быть на 1–1,5 см выше уровня овощей. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды. Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества и замедляет процесс варки.

Овощи, имеющие зеленую окраску (стручки бобовых, зеленый горошек, шпинат, капусту брюссельскую), варят в большом количестве воды (3–4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении во избежание изменения их цвета.

Во время варки очищенных овощей в отвар переходят различные питательные вещества, поэтому отвары (кроме картофеля молодого или весеннего периода) следует использовать для приготовления соусов и супов.

В доготовочные предприятия общественного питания поступает очищенный сульфитированный картофель, который после промывания холодной водой используют для приготовления первых, вторых блюд и гарниров, как и свежий картофель.

Быстрозамороженные овощи, не размораживая, кладут в кипящую воду.

Консервированные овощи прогревают с отваром, а затем отвар сливают и используют для приготовления супов, соусов.

323. Картофель отварной

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Картофель	275	206	344	258	344	258
или картофель молодой	266	213	333	266	333	266
Масса вареного картофеля	—	200	—	250	—	250
Масло сливочное	20	20	15	15	10	10
или соус №№ 827, 863, 868	—	75	—	75	—	50
или сметана	40	40	30	30	20	20
Выход: с маслом	—	220	—	265	—	260
с соусом	—	275	—	325	—	300
со сметаной	—	240	—	280	—	270

Очищенный картофель варят одним из способов, приведенных выше.

Когда картофель сварится, сливают воду, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5–7 мин на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого картофеля воду следует сливать примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образующимся в котле.

Варить картофель следует небольшими партиями по мере спроса. При продолжительном хранении в горячем состоянии у картофеля изменяется цвет, ухудшается вкус и снижается его пищевая ценность. Картофель, сваренный на пару, имеет лучшие вкусовые качества.

Отпускают отварной картофель целыми клубнями, политыми маслом или сметаной, или соусом луковым, или сметанным, или грибным. Картофель можно отпускать с растительным маслом.

Сливочное масло, или сметану, или соус можно подать к картофелю отдельно.

324. Картофель отварной с луком, или грибами, или луком и грибами

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Картофель	207	155	344	258	344	258
или картофель молодой	200	160	333	266	333	266
Масса вареного картофеля	—	150	—	250	—	250
Лук репчатый	71	60	60	50	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	—	—
Масса пассерованного лука	—	30	—	25	—	—
или грибы белые, или шампиньоны свежие	105	80	79	60	66	50
или грибы сушеные	20	20	15	15	13	13
Лук репчатый	24	20	—	—	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Масса жареных грибов	—	—	—	30	—	25
Масса жареных грибов с луком	—	50	—	—	—	—
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	5	5	—	—
Выход: с луком	—	190	—	280	—	—
с грибами	—	—	—	285	—	275
с луком и грибами	—	210	—	—	—	—

Картофель варят, как описано на с. 139. Лук мелко нарезают и пассеруют. Свежие белые грибы мелко рубят и жарят, шампиньоны отваривают до полуготовности, мелко рубят, добавляют пассерованный лук и жарят до готовности.

При отпуске на картофель кладут жареный лук, или жареные грибы, или жареные грибы с луком, поливают растопленным маргарином или маслом и посыпают зеленью.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

325. Картофель в молоке

Картофель	187	140	240	180	240	180
Молоко	60	57	75	71	75	71
Масло сливочное	8	8	7	7	5	5
Выход	—	200	—	250	—	250

Сырой очищенный картофель нарезают крупными кубиками, погружают небольшими партиями в посуду с кипящей водой, доводят до кипения и варят 10 мин. Затем воду сливают, картофель заливают горячим кипяченым молоком, солят и варят до готовности. После этого кладут часть (50% нормы) масла и доводят до кипения. Отпускают со сливочным маслом, можно посыпать зеленью.

326. Картофельное пюре

Картофель	233	175	293	220	300	225
Молоко	32	30	40	38	40	38
Маргарин столовый	5	5	5	5	—	—
Масса пюре	—	200	—	250	—	250
Масло сливочное	10	10	10	10	5	5
или лук репчатый	60	50	48	40	36	30
Маргарин столовый	10	10	10	10	5	5
Масса пассерованного лука	—	25	—	20	—	15
или яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Масло сливочное	10	10	10	10	5	5
Выход: с маслом	—	210	—	260	—	255
с луком	—	225	—	270	—	265
с яйцом и маслом	—	230	—	280	—	265

Очищенный картофель варят в воде с солью до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают через протирочную машину. Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80 °С, иначе картофельное пюре будет тягучим, что резко ухудшает его вкус и внешний вид. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в два-три приема горячее кипяченое молоко и растопленный жир (I, II колонки). Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Пюре порционируют, на поверхность наносят узор, поливают растопленным сливочным маслом или сверху кладут пассерованный лук или сваренные вкрутую рубленые яйца, смешанные предварительно с растопленным сливочным маслом, и посыпают зеленью. Масло можно подать отдельно.

327. Капуста отварная с маслом или соусом

Капуста белокочанная	204	163	271	217	340	272
или белокочанная ранняя	209	167	278	222	348	278
или цветная	321	167	427	222	535	278
или цветная маринованная	273	150	364	200	455	250
или брюссельская обрезная	271	176	362	235	452	294
или брюссельская на стебле	704	176	940	235	1176	294
или савойская	209	163	278	217	349	272
Масса отварной капусты	—	150	—	200	—	250
Масло сливочное	15	15	15	15	10	10
или соус №№ 859, 863, 872	—	75	—	75	—	50
или соус № 878	—	35	—	25	—	20
Выход: с маслом	—	165	—	215	—	260
с соусом №№ 859, 863, 872	—	225	—	275	—	300
с соусом № 878	—	185	—	225	—	270

Подготовленную капусту (кроме маринованной) погружают на 20–30 мин в холодную подсоленную воду, после чего вновь промывают.

Затем закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности, после чего отвар сливают, капусту откидывают на дуршлаг.

Готовую капусту хранят до отпуска в горячем отваре, но не более 1 ч, так как при длительном хранении изменяется цвет и ухудшаются ее вкусовые качества.

При подаче поливают маслом или соусом: молочным, сметанным, голландским с уксусом, сухарным.

328. Тыква отварная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Тыква	—	—	259	181	344	241
Масса вареной тыквы	—	—	—	150	—	200
Масло сливочное	—	—	15	15	10	10
Сухари	—	—	10	10	10	10
Выход	—	—	—	175	—	220

Очищенную от кожицы и семян тыкву нарезают ломтиками и варят в подсоленной воде. При отпуске поливают маслом с молотыми поджаренными сухарями.

329. Горох овощной отварной

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Зеленый горошек быстрозамороженный	163	163	217	217	163	163
или сушеный	63	63	84	84	63	63
или консервированный	231	150	308	200	231	150
или горох овощной (лопатка) свежий	189	170	252	227	189	170
Масса отварного горошка	—	150	—	200	—	150
Масло сливочное	20	20	15	15	10	10
или соус № 859	—	—	50	50	30	30
Выход: с маслом	—	170	—	215	—	160
с соусом	—	—	—	250	—	180

Быстрозамороженный горошек кладут в кипящую подсоленную воду, быстро доводят до кипения и варят 3–5 мин. Горох овощной (лопатка) свежий очищают от боковых жилок и варят так же, как горошек быстрозамороженный.

Консервированный горошек прогревают в собственном отваре. Сушеный горошек замачивают в холодной воде на 3–5 ч, промывают, сливают воду, снова заливают холодной водой и варят 1–1,5 ч. Сваренный горошек откидывают (отвар используют для приготовления супов и соусов).

Подают отварной горошек с кусочком сливочного масла или заправляют маслом или молочным соусом. Можно отпускать горошек с гренками 50 г (рец. № 1110), соответственно увеличив при этом выход блюда.

330. Фасоль овощная отварная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фасоль овощная (лопатка) свежая	189	170	189	170	189	170
или фасоль стручковая консервированная	250	150	250	150	250	150

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса фасоли отварной	—	150	—	150	—	150
Перец черный молотый	—	—	0,02	0,02	—	—
Масло сливочное	20	20	15	15	10	10
или соус № 859	75	75	50	50	50	50
Выход: с маслом	—	170	—	165	—	160
с соусом	—	225	—	200	—	200

Стручки фасоли очищают от боковых жилок, кладут в кипящую подсоленную воду, быстро доводят до кипения, варят 8–10 мин и откидывают. Консервированную фасоль прогревают в собственном отваре.

Отварную фасоль подают с кусочком сливочного масла или заправляют маслом или соусом молочным и посыпают молотым перцем.

Можно отпускать фасоль с гренками (50 г) (рец. № 1110), соответственно увеличив выход блюда.

331. Кукуруза отварная

Кукуруза свежая в початках	250	225	250	225	250	225
или в початках молочной спелости	798	455	798	455	798	455
или консервированная	250	150	250	150	250	150
Масса вареного початка	—	225	—	225	—	225
Масса вареных зерен	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или соус №№ 859, 863	—	75	—	75	—	50
Выход: початка с маслом	—	240		235	—	230
початка с соусом	—	300	—	300	—	275
зерен с маслом	—	165	—	160	—	155
зерен с соусом	—	225	—	225	—	200

С початка кукурузы срезают стебель так, чтобы не отпали листья, и тщательно промывают. Варят початки в подсоленной воде до готовности и оставляют в отваре до подачи. При отпуске початков целиком с них удаляют листья, отдельно подают масло сливочное. С вареных початков можно снять зерна. Перед отпуском их заправляют соусом, доводят до кипения. Зерна можно довести до кипения в отваре, а затем откинуть и заправить сливочным маслом. Норму масла сливочного можно увеличить до 15 г (II и III колонки), соответственно увеличив выход блюда.

Кукурузу консервированную прогревают вместе с отваром, после чего его сливают, а зерна заправляют сливочным маслом или соусом молочным или сметанным.

332. Спаржа отварная

Спаржа свежая	233	170	156	114	156	114
Масса вареной спаржи	—	150	—	100	—	100
Масло сливочное	10	10	—	—	—	—
Соус № 859	—	75	—	75	—	75
или соус №№ 877, 878	—	35	—	30	—	20
или соус № 872	—	50	—	40	—	30
Выход: с соусом № 859	—	235	—	175	—	175
с соусом №№ 877, 878	—	195	—	130	—	120
с соусом № 872	—	210	—	140	—	130

Спаржу освобождают от кожицы, отступив на 2–3 см от верхней ее части (головки), промывают в холодной воде и связывают в пучки. Хранить спаржу в очищенном виде нельзя, так как при этом изменяется цвет и грубеет клетчатка.

Подготовленную спаржу кладут в кипящую подсоленную воду и варят до готовности. Горячую отварную спаржу заправляют соусом молочным, прогревают и поливают растопленным маслом (I колонка) или подают к ней отдельно соус: яичный сладкий, или сухарный, или голландский с уксусом.

Отпускают ее на порционной сковороде и украшают веточками петрушки.

Полученные от спаржи очистки используют для пюреобразных супов, а обрезки стеблей – для гарниров.

333. Артишоки отварные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Артишоки (в шт.)	1—2	1—2	—	—	—	—
Соус №№ 872, 877	—	75	—	—	—	—
или соус № 878	—	35	—	—	—	—
Выход: с соусом №№ 872, 877	—	1-2 шт.	+75			
с соусом № 878	—	1-2 шт.	+35			

Перед варкой у артишоков отрезают верхнюю часть с острыми концами чешуек, а затем стебель у основания. После этого металлической ложечкой вычищают сердцевину. Для предупреждения потемнения мякоти место среза смачивают слабым раствором лимонной кислоты.

Подготовленные артишоки перевязывают шпагатом и отваривают в подсоленной и слегка подкисленной лимонной кислотой воде. Когда нижняя часть основания станет мягкой, артишоки вынимают и кладут основанием вверх, чтобы стекла вода. При отпуске артишоки украшают зеленью. Отдельно подают соус.

334. Пюре из моркови или свеклы

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	198	145[1]	170	125[1]	170	125[1]
или свекла	185	145[1]	159	125[1]	159	125[1]
Маргарин столовый	10	10	5	5	5	5
Соус №№ 861, 863	—	—	—	75	—	75
Масса готового пюре	—	145	—	200	—	200
Масло сливочное	10	10	10	10	5	5
или сметана	40	40	30	30	20	20
Выход: с маслом	—	155	—	210	—	205
со сметаной	—	185	—	230	—	220

[1] Масса готовых продуктов.

Очищенную морковь нарезают дольками и припускают в небольшом количестве воды с добавлением маргарина (1/2 нормы) и соли. Свеклу варят, очищают от кожицы. Морковь или свеклу протирают, добавляют маргарин, соус молочный средней густоты или сметанный и прогревают.

Отпускают пюре со сливочным маслом или сметаной.

335. Пюре из шпината с яйцом

Шпинат свежий	203	150	203	150	270	200
Масса отварного шпината	—	75	—	75	—	100
Маргарин столовый	10	10	10	10	10	10

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус № 862	—	75	—	75	—	100
Сахар	2	2	2	2	2	2
Мускатный орех	0,1	0,1	—	—	—	—
Масса готового пюре	—	150	—	150	—	200
Яйца	1 шт.	40	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Выход	—	190	—	190	—	220

Перебранные и промытые листья шпината закладывают в кипящую воду (3–4 л на 1 кг шпината), посуду закрывают крышкой, быстро доводят воду до кипения и варят при бурном кипении 5–10 мин в зависимости от сорта и зрелости шпината. Сваренный шпинат откидывают на дуршлаг, отжимают и протирают.

Протертый шпинат прогревают, смешивают с густым молочным соусом, добавляют соль, сахар, маргарин, мускатный орех, размешивают до образования однородной массы и доводят до кипения.

При отпуске пюре шпината укладывают горкой, на середину кладут очищенное яйцо, сваренное «в мешочек», или посыпают рубленым яйцом, сваренным вкрутую. Можно подавать с гренками (рец. № 1110) из расчета 50 г на порцию, соответственно увеличив выход блюда.

336. Пюре из тыквы

Тыква	129	90	171	120	171	120
Вода	6	6	8	8	8	8
Маргарин столовый	10	10	10	10	5	5
Масса припущенной тыквы	—	75	—	100	—	100
Соус № 862	—	75	—	100	—	100
Масса пюре	—	150	—	200	—	200
Масло сливочное	10	10	5	5	5	5
Выход	—	160	—	205	—	205

Очищенную от кожицы и семян и нарезанную кусками произвольной формы тыкву припускают с небольшим количеством подсоленной воды, затем протирают, соединяют с жиром, молочным соусом и прогревают. Отпускают со сливочным маслом.

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ПРИПУЩЕННЫЕ И ТУШЕНЫЕ

Припускают и тушат отдельные виды овощей или их смеси. Для припускания и тушения очищенные овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками.

Кабачки, тыкву, помидоры и другие овощи, легко выделяющие влагу, припускают или тушат без добавления жидкости, т. е. в собственном соку, при слабом кипении в закрытой посуде. Овощи, которые не обладают этими свойствами,–свеклу, капусту, морковь – припускают с добавлением жидкости и жира (на 1 кг овощей берут в среднем 0,2–0,3 л воды или бульона и 20–30 г жира). Картофель, морковь, лук и некоторые другие овощи, а также грибы перед тушением слегка обжаривают, добавляют ароматические коренья, лавровый лист, перец по вкусу.

Для приготовления тушеных блюд, таких как овощное рагу, картофель тушеный, морковь тушеная, и других блюд предварительно обжаренные или припущенные овощи тушат с добавлением соуса. При этом рекомендуется добавить жидкость (бульон или воду – 10–15% от массы овощей) с учетом тепловых потерь при тушении.

При отпуске овощи можно посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа (2–3 г на порцию).

337. Овощи припущенные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	204	163	271	217	340	272
или репа	217	163	289	217	363	272

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или брюква	209	163	278	217	349	272
или тыква	259	181	344	241	430	301
или кабачки	287	192	382	256	479	321
или капуста белокочанная	209	167	278	222	348	278
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса готовых овощей	—	150	—	200	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	10	10
или соус № 859	—	50	—	50	—	50
Выход: с жиром	—	165	—	210	—	260
с соусом	—	200	—	250	—	300

Капусту нарезают крупными шашками, остальные овощи – дольками или кубиками, затем кладут в посуду слоем не более 5 см и припускают в небольшом количестве мясного бульона или воды с добавлением жира.

При приготовлении овощей с соусом припущенные овощи заправляют соусом молочным и прогревают. При использовании моркови в соус добавляют сахар в количестве 3 г на порцию.

338. Капуста белокочанная с соусом

Капуста белокочанная	278	222	278	222	348	278
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса готовой капусты	—	200	—	200	—	250
Соус №№ 859, 863, 864	—	100	—	75	—	50
Выход	—	300	—	275	—	300

Кочан капусты разрезают вдоль на крупные дольки с частью кочерыги для скрепления листьев и припускают с жиром.

Припущенную капусту поливают соусом или его подают отдельно.

Соусы – молочный, сметанный, сметанный с томатом.

339. Морковь с зеленым горошком в молочном соусе

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	136	109
Маргарин столовый	10	10
Масса припущенной моркови	—	100
Горошек зеленый консервированный	77	50
или горошек зеленый свежий быстрозамороженный	54	54
Масса вареного горошка	—	50
Соус № 859	—	75
Маргарин столовый	5	5
Выход	—	230

Морковь, очищенную и нарезанную мелкими кубиками, припускают с жиром до готовности.

Быстрозамороженный горошек кладут в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и варят 3 5 мин, горошек зеленый консервированный прогревают в отваре и откидывают на дуршлаг.

Припущенную морковь соединяют с готовым зеленым горошком, соусом молочным, добавляют соль, перемешивают, доводят до кипения.

При отпуске поливают жиром. К блюду можно подать гренки (рец. № 1110) 50 г на порцию, соответственно увеличив выход блюда.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

340. Каша из тыквы

Тыква	279	195	336	235	336	235
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Крупа манная	25	25	30	30	30	30
Сахар	10	10	10	10	10	10
Масса готовой каши	—	200	—	250	—	250
Масло сливочное или маргарин столовый	15	15	10	10	5	5
Выход	—	215	—	260	—	255

Очищенную тыкву пропускают через овощерезку или мелко нарезают кубиками, припускают с добавлением небольшого количества жидкости (30 мл) и жира, затем тонкой струйкой всыпают манную крупу, добавляют сахар, соль и варят до готовности.

При отпуске кладут кусочек масла или поливают растопленным жиром.

341. Овощи припущенные в молочном или сметанном соусе

Морковь	63	50	63	50	115	92
Репа	—	—	44	33	51	38
или брюква	—	—	—	—	49	38
Тыква	51	36	51	36	—	—
или кабачки	57	38	57	38	—	—
Горошек зеленый консервированный	31	20	31	20	31	20
Капуста белокочанная	—	—	—	—	49	39
Капуста цветная	63	33	—	—	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Масса припущенных овощей	—	125	—	125	—	175
Сахар	2	2	2	2	2	2
Соус №№ 859, 863	—	75	—	75	—	75
Выход	—	200	—	200	—	250

Овощи нарезают кубиками или дольками, белокочанную капусту – шашками, цветную капусту разбирают на кочешки.

Припущенные с жиром по отдельности овощи, прогретый консервированный зеленый горошек соединяют с соусом молочным или сметанным, добавляют сахар, соль и проваривают 1–2 мин. При отпуске можно добавить сливочное масло 5–10 г на порцию, соответственно изменив выход.

При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей, соответственно изменив их закладку.

342. Капуста тушеная

Капуста свежая	250	200	325	260	356	285
или квашеная	243	170	321	225	357	250
Уксус 3%-ный	6	6	8	8	8	8
Кулинарный жир	12	12	11	11	9	9
или шпик	16	15	16	15	13	12
или грудинка копченая	32	25	26	20	21	16
Томатное пюре	20	20	20	20	15	15
Морковь	13	10	13	10	6	5
Петрушка (корень)	7	5	7	5	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	18	15	18	15	12	10
Лавровый лист	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02
Перец	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Мука пшеничная	4	4	3	3	3	3
Сахар	5	5	8	8	8	8
Выход	—	200	—	250	—	250

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20–30% к массе сырой капусты), уксус, жир, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, коренья и лук, лавровый лист, перец и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3–5 мин. При приготовлении блюда из квашеной капусты уксус из рецептуры исключают, добавляя небольшое количество бульона или воды, и количество сахара увеличивают до 10 г на порцию.

Если тушеную капусту готовят со шпиком или копченой грудинкой, то их предварительно обжаривают и кладут в капусту в начале тушения. Вытопившийся при обжаривании шпика или грудинки жир используется для пассерования овощей.

При отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью.

343. Капуста, тушенная с грибами

Капуста тушеная № 342	—	200	—	125	—	250
Картофель жареный № 354	—	—	—	125	—	—
Грибы белые свежие	101	77	61	46	41	31
или шампиньоны свежие	164	125	99	75	66	50
или грибы белые сушеные	25	50[1]	15	30[1]	10	20[1]
Масло растительное	5	5	5	5	5	5
Масса жареных грибов	—	50	—	30	—	20
Выход	—	250	—	280	—	270

[1] Масса вареных грибов

Капусту тушат, как указано в рец. № 342.

Свежие грибы, нарезанные дольками, жарят до готовности. Сушеные грибы замачивают, варят, нарезают соломкой и обжаривают. Подготовленные грибы смешивают с тушеной капустой, обжаренным картофелем и тушат до готовности.

При отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью.

344. Свекла, тушенная в сметане или соусе

Свекла	159	125[1]	261	205[1]	268	210[1]
Лук репчатый	48	40	—	—	60	50
Маргарин столовый	10	10	5	5	10	10
Масса пассерованного лука	—	20	—	—	—	25
Сметана	30	30	30	30	—	—
или соус №№ 859, 863	—	—	—	—	—	50
Выход: со сметаной	—	150	—	210	—	—
с соусом	—	—	—	—	—	250

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

Вареную свеклу очищают, нарезают соломкой или кубиками и прогревают с жиром, добавляют пассерованный лук, сметану или соус молочный или сметанный и тушат 10 мин при слабом нагреве.

При отпуске тушеную свеклу можно посыпать зеленью.

345. Свекла, тушенная с яблоками

	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	223	175[1]
Яблоки	71	50[2]
Масло сливочное	10	10
Сахар	5	5
Соус № 863	—	25
Масса тушеной свеклы	—	250
Масло сливочное	10	10
Выход	—	260

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

[2] Масса яблок без кожицы с удаленным семенным гнездом.

Вареную очищенную свеклу и очищенные от кожицы с удаленным семенным гнездом яблоки нарезают ломтиками, перемешивают, заправляют маслом, сахаром, сметанным соусом и тушат 10–15 мин.

При отпуске блюдо поливают маслом и посыпают зеленью.

346. Морковь, тушенная с рисом и черносливом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	75	60	169	135	156	125
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
Маргарин столовый	15	15	15	15	15	15
Чернослив	27	40[1]	27	40[1]	—	—
Сахар	5	5	5	5	5	5
Крупа рисовая	25	25	—	—	40	40
Масса тушеной моркови с рисом	—	150	—	—	—	250
Масса тушеной моркови	—	—	—	150	—	—
Выход	—	190	—	190	—	250

[1] В графе нетто указана масса вареного чернослива.

Очищенные морковь и корень петрушки нарезают мелкими кубиками, слегка обжаривают. Чернослив промывают, заливают водой, добавляют сахар и варят.

В отвар закладывают обжаренные овощи, крупу рисовую, соль и припускают до готовности. Для варки крупы рисовой закладку жидкости берут, как на рассыпчатую кашу. По III колонке вместо отвара используют воду.

При отпуске блюдо оформляют черносливом. Можно подать со сметаной (20–30 г на порцию), соответственно увеличив выход блюда.

Допускается приготовление блюда без петрушки с соответствующим увеличением закладки моркови.

347. Картофель и овощи, тушенные в соусе

Картофель	233	175	280	210	307	230
Морковь	31	25	19	15	13	10
Петрушка (корень)	11	8	11	8	—	—
Горошек зеленый консервированный	31	20	—	—	—	—
Лук репчатый	24	20	18	15	12	10
Кулинарный жир	15	15	15	15	15	15

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лавровый лист	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02
Перец горошком	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Соус №№ 824, 848, 863	—	50	—	50	—	50
Выход	—	250	—	250	—	250

Картофель и коренья, нарезанные дольками, слегка обжаривают по отдельности, лук пассеруют, соединяют и заливают соусом красным, или томатным, или сметанным, добавляют перец горошком, лавровый лист, соль и тушат. Консервированный зеленый горошек кладут за 5 мин до готовности.

348. Рагу из овощей[1]

Картофель	67	50	67	50	107	80
Морковь	58/46[2]	31	50/40[2]	27	50/40[2]	27
Петрушка (корень)	13/10[2]	6	13/10[2]	6	—	—
Лук репчатый	60/50[2]	25	36/30[2]	15	24/20[2]	10
Репа	—	—	53/40[2]	31	53/40[2]	31
или брюква	—	—	51/40[2]	31	51/40[2]	31
Капуста свежая белокочанная	—	—	38/30[2]	27	63/50[2]	45
Капуста цветная	50/26[2]	23	—	—	—	—
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Соус №№ 824, 848, 863	—	75	—	75	—	75
Тыква	43	30	43	30	—	—
или кабачки	45	30	45	30	—	—
Горошек зеленый консервированный	31	20	—	—	—	—
Чеснок	—	—	1	0,8	—	—
Перец черный горошком	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Лавровый лист	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02
Масса рагу	—	250	—	250	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	5	5	5	5
Выход	—	260	—	255	—	255

[1] При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовлять блюдо из остальных овощей, соответственно увеличив их закладку.

[2] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе – масса продуктов нетто, в графе нетто – масса готовых продуктов.

Нарезанные дольками или кубиками картофель и коренья слегка обжаривают, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают, цветную – разбирают на отдельные кочешки и варят. Затем картофель и овощи соединяют с соусом красным, или томатным, или сметанным и тушат 10–15 мин. После этого добавляют нарезанную сырую тыкву или кабачки, очищенные от кожицы и семян, припущенную белокочанную капусту или вареную цветную капусту и продолжают тушить 15–20 мин. За 5–10 мин до готовности кладут горошек зеленый консервированный, растертый чеснок и специи. При отпуске рагу поливают жиром и посыпают зеленью.

349. Рагу овощное с кашей

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	107	80
Капуста белокочанная	63/50[1]	45
Морковь	50/40[1]	27
Лук репчатый	24/20[1]	10
Крупа рисовая	14	40[2]
или пшено	16	40[2]
или крупа перловая	13	40[2]

	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый	15	15
Соус № 824	—	75
Масса рагу	—	250
Масло сливочное	10	10
Выход	—	260

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе-масса продуктов нетто, в графе нетто-масса готовых продуктов.

[2] Масса готовой каши.

Очищенные картофель, морковь нарезают кубиками или дольками и обжаривают отдельно, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками и припускают. Из крупы варят рассыпчатую кашу. Подготовленные овощи соединяют с красным соусом и тушат до полуготовности, а затем добавляют кашу, перемешивают и доводят до готовности. При отпуске поливают маслом и посыпают зеленью.

350. Картофель, тушенный с грибами и луком или луком и помидорами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	267	200	197	148	251	188
Кулинарный жир	10	10	8	8	10	10
Лук репчатый	36	30	48	40	36	30
Кулинарный жир	5	5	5	5	5	5
Масса лука пассерованного	—	15	—	20	—	15
Грибы белые свежие	101	77	—	—	50	38
или грибы белые сушеные	25	50[1]	—	—	12,5	25[1]
или шампиньоны свежие	164	125	—	—	83	63
Кулинарный жир	5	5	—	—	5	5
Масса жареных грибов	—	50	—	—	—	25
Соус №№ 824, 848	—	50	—	50	—	50
Перец горошком	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Лавровый лист	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02
Масса готового блюда	—	300	—	200	—	250
Помидоры свежие	—	—	93	79	—	—
Кулинарный жир	—	—	2	2	—	—
Масса жареных помидоров	—	—	—	50	—	—
Выход	—	300	—	250	—	250

[1] Масса вареных грибов.

Сырой очищенный картофель нарезают кубиками или дольками среднего размера и обжаривают. Подготовленные белые свежие грибы, нарезанные дольками, или свежие шампиньоны, нарезанные ломтиками, жарят. Сушеные грибы варят, а затем жарят. В картофель добавляют жареные грибы, пассерованный лук, нарезанный полукольцами или дольками, заливают соусом красным или томатным, кладут специи и тушат до готовности. Жареные помидоры кладут рядом или вокруг картофеля при отпуске. Блюдо можно готовить без помидоров, соответственно уменьшив выход.

351. Картофель, тушенный с сухофруктами

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	300	225
Изюм	31	30
Чернослив	20	20

	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	10	10
Мука пшеничная	5	5
Маргарин столовый	10	10
Корица	0,1	0,1
Выход	—	300

Сырой очищенный картофель нарезают кубиками, заливают небольшим количеством (10–15% от массы продуктов) горячей воды, солят, добавляют промытый изюм, чернослив, толченую корицу, сахар и маргарин, тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения картофель заправляют пассерованной мукой, разведенной холодной водой, и вновь доводят до кипения.

352. Грибы с картофелем или с картофелем и помидорами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Грибы белые свежие	162	123	142	108	101	77
или грибы белые сушеные	40	40	35	35	25	25
или шампиньоны свежие	263	200	230	175	164	125
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Масса жареных грибов	—	80	—	70	—	50
Картофель	165	124	185	139	179	134
или картофель молодой	160	128	180	144	173	138
Помидоры свежие	94	80	—	—	—	—
Лук репчатый	24	20	36	30	48	40
Кулинарный жир	5	5	5	5	5	5
Масса пассерованного лука	—	10	—	15	—	20
Соус №№ 824, 863	—	—	—	—	—	50
или сметана	40	40	30	30	—	—
Выход	—	300	—	250	—	250

Грибы подготавливают, как указано в рец. № 350.

Очищенный картофель, нарезанный кубиками среднего размера или дольками, припускают до полуготовности в небольшом количестве воды (0,2 л на 1 кг). Лук, нарезанный полукольцами или дольками, пассеруют. Затем все соединяют, заправляют сметаной, или соусом красным, или сметанным и тушат до готовности. Перед окончанием тушения кладут помидоры, нарезанные дольками. При отпуске посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки.

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ЖАРЕНЫЕ

Картофель, овощи и грибы, как правило, жарят сырыми, в некоторых случаях предварительно отваренными.

При жаренье в небольшом количестве жира картофель, овощи и изделия из них (котлеты, зразы и др.) кладут на противень или сковороду с жиром, предварительно нагретым до 150–160°С, и жарят с обеих сторон на плите до образования поджаристой корочки. Доводят их до готовности в жарочном шкафу.

Во фритюре овощи жарят в специальных аппаратах или глубоких противнях с толстым дном и вставными металлическими сетками. Соотношение жира и овощей 4:1. Температура жира при жаренье во фритюре должна быть 175–180°С. Для жаренья во фритюре лучше использовать смесь рафинированного растительного масла с кулинарным жиром в соотношении 1:2 или кулинарный жир (фритюрный).

Жареные картофель, овощи и грибы можно отпускать с маслом, сметаной и соусами, со свежими, солеными помидорами, огурцами. При отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа (2–3 г нетто на порцию).

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

353. Картофель, жаренный ломтиками (из отварного)

Картофель	331	241[1]	413	301[1]	413	301[1]
Кулинарный жир	19	19	24	24	24	24
Масса жареного картофеля	—	200	—	250	—	250
Маргарин столовый	15	15	10	10	—	—
или сметана	—	—	20	20	—	—
Выход: с маргарином	—	215	—	260	—	250
со сметаной	—	—	—	270	—	—

[1]Масса вареного очищенного картофеля.

Картофель, сваренный в кожуре, охлаждают, очищают, нарезают тонкими ломтиками, солят, кладут на сковороду с разогретым жиром и жарят, периодически встряхивая. Жарить картофель можно и на растительном масле. При отпуске картофель поливают растопленным маргарином или сметаной, можно подавать с зеленым луком по 5–10 г на порцию.

354. Картофель, жаренный брусочками, или дольками, или кубиками, или ломтиками

Картофель	387	290	483	362	483	362
Кулинарный жир	20	20	25	25	25	25
Масса жареного картофеля	—	200	—	250	—	250
Маргарин столовый	15	15	10	10	—	—
или сметана	—	—	20	20	—	—
Выход: с маргарином	—	215	—	260	—	250
со сметаной	—	—	—	270	—	—

Нарезанный сырой картофель промывают в холодной воде, обсушивают, затем посыпают солью, кладут слоем не более 5 см на сковороду или противень с разогретым жиром и жарят 15–20 мин, периодически помешивая, до образования поджаристой корочки.

Если картофель полностью не прожарился, его следует поставить на несколько минут в жарочный шкаф. При жаренье в электросковороде перед окончанием жаренья закрывают крышку и картофель доводят до готовности.

При отпуске картофель поливают растопленным маргарином или сметаной и посыпают зеленью.

355. Картофель, жаренный во фритюре брусочками

Картофель	400	300	533	400	667	500
Кулинарный жир	24	24	32	32	40	40
Масса жареного картофеля	—	150	—	200	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	—	—
Выход	—	165	—	210	—	250

Сырой картофель, подготовленный, как в рец. № 354, кладут в кипящий жир и жарят до готовности 8–10 мин. Жареный картофель откидывают на дуршлаг для стекания жира и посыпают мелкой солью.

При отпуске картофель поливают растопленным маргарином или маслом.

356. Картофель, жаренный с луком или грибами и луком

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Картофель жареный № 353 или № 354	—	200	—	200	—	250
Лук репчатый	60	50	24	20	48	40
Кулинарный жир	7	7	4	4	6	6
Масса пассерованного лука	—	25	—	10	—	20
Грибы белые свежие	151	115	101	77	—	—
или шампиньоны свежие	247	188	164	125	—	—
или грибы белые сушеные	37,5	37,5	25	25	—	—
Кулинарный жир или масло растительное	7	7	4	4	—	—
Масса жареных грибов	—	75	—	50	—	—
Выход: с луком	—	—	—	—	-	270
с грибами и луком	—	300	—	260	—	—

Грибы, подготовленные, как в рец. № 350, жарят. Лук, нарезанный полукольцами или дольками, пассеруют. При отпуске жареный картофель перемешивают с луком или луком и грибами.

357. Котлеты картофельные

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Картофель	213	160	287	215	293	220
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6	—	—
Сухари или мука пшеничная	10	10	12	12	12	12
Масса полуфабриката	—	170	—	225	—	225
Кулинарный жир или масло растительное	10	10	10	10	10	10
Масса жареных котлет	—	150	—	200	—	200
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	30	30	20	20	15	15
или соус №№ 848, 863, 865, 868	—	75	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	165	—	210	—	205
со сметаной	—	180	—	220	—	215
с соусом	—	225	—	275	—	250

Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим. В протертый картофель, охлажденный до 40–50°С, добавляют яйца, массу перемешивают, из нее формуют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях или муке.

Подготовленные котлеты обжаривают с обеих сторон. При отпуске поливают растопленным маргарином или маслом или сбоку к котлетам подливают сметану или соус томатный, сметанный, сметанный с луком, грибной. Сметану и соус можно подать отдельно.

358. Котлеты картофельные с творогом

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	200	150
Творог	76	75
Мука пшеничная	10	10
Яйца	1/4 шт.	10
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5
Сухари пшеничные	10	10
Масса полуфабриката	—	250

	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый	10	10
Масса готовых котлет	—	225
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5
или сметана	25	25
Выход: с жиром	—	230
со сметаной	—	250

Картофельную массу готовят, как в рец. № 357, и соединяют с протертым творогом, мукой, яйцами, растопленным маслом. Полученную массу хорошо вымешивают, формуют из нее котлеты по 2 шт. на порцию, панируют их в сухарях и жарят с обеих сторон.

При отпуске поливают жиром или сметаной.

359. Зразы картофельные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	241	181	241	181	248	186
Яйца	1/10 шт.	4	1/10 шт.	4	—	—
Масса картофельная	—	180	—	180	—	180
Грибы сушеные белые	10	10	—	—		—
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Морковь	—	—	—	—	38	30
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Яйца	—	—	1/2 шт.	20	—	—
Масса фарша	—	40	—	40	-	40
Сухари или мука пшеничная	12	12	12	12	12	12
Масса полуфабриката	—	225	—	225		225
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Масса жареных зраз	—	200	—	200	—	200
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	30	30	20	20	15	15
или соус №№ 848, 863, 868	—	75	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	215	—	210	—	205
со сметаной	—	230	—	220		215
с соусом	—	275	—	275	--	250

Из картофельной массы, приготовленной, как для котлет, формуют лепешки по 2 шт. на порцию. На середину лепешки кладут фарш и соединяют ее края так, чтобы фарш был внутри изделия. Затем изделие панируют в сухарях или муке, придавая форму кирпичика с овальными краями, и жарят с обеих сторон.

Для фарша: лук репчатый нарезают соломкой и пассеруют, вареные грибы мелко режут и обжаривают, морковь, нарезанную соломкой, припускают с жиром. Лук смешивают с жареными грибами, или вареными мелко нарубленными яйцами, или припущенной морковью, солят и добавляют молотый перец. При отпуске зразы поливают жиром, сметаной или соусом томатным, сметанным, грибным.

360. Крокеты картофельные

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	200	150	233	175
Яйца	1/3 шт.	13	1/2 шт.	20
Шампиньоны свежие	47	36	—	—
Лук репчатый	21	18	—	—
Маргарин столовый	10	10	—	—

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	10	10	10	10
Сухари	10	10	10	10
Масса полуфабриката	—	200	—	200
Масло растительное или кулинарный жир	20	20	20	20
Масса жареных крокет	—	180	—	180
Соус №№ 828, 848, 868	—	75	—	50
Выход	—	255	—	230

В протертый картофель, охлажденный до температуры 50°С, добавляют 1/3 пшеничной муки и желтки яиц и перемешивают. Из полученной картофельной массы формуют шарики, груши (по 3–4 шт. на порцию), панируют их в оставшейся муке, затем опускают в белки, панируют в сухарях и жарят в большом количестве жира.

При приготовлении крокет с шампиньонами в картофельную массу добавляют мелко нарезанные поджаренные грибы и лук.

При отпуске поливают соусом красным с луком и огурцами, томатным, грибным.

361. Котлеты морковные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	175	140	156	125	200	160
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Молоко	30	30	15	15	—	—
Бульон	—	—	15	15	—	—
или вода	—	—	—	—	35	35
Крупа манная	15	15	15	15	18	18
Яйца	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4	—	—
Творог	—	—	31	30	—	—
Сухари пшеничные или мука пшеничная	12	12	12	12	12	12
Масса полуфабриката	—	180	—	180	—	180
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Масса жареных котлет	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	30	30	25	25	20	20
или соус №№ 859, 863	—	75	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	165	—	160	—	155
с соусом	—	225	—	225	—	200
со сметаной	—	180	—	175	—	170

Морковь нарезают тонкой соломкой или пропускают через овощерезку, затем ее припускают с жиром в молоке, или в молоке с добавлением бульона, или в воде. Перед окончанием припускания всыпают тонкой струйкой манную крупу, хорошо размешивая, и варят до готовности.

Полученную массу охлаждают до 40–50°С, добавляют соль, яйца, протертый творог (по II колонке), перемешивают, формуют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях или муке и жарят с обеих сторон.

При отпуске поливают жиром или сбоку подливают сметану, или соус молочный, или сметанный.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

362. Котлеты свекольные

Свекла	217	217	177	177	217	217
Масса вареной очищенной свеклы	—	170	—	138	—	170
Маргарин столовый	10	10	10	10	5	5
Крупа манная	15	15	15	15	18	18
Яйца	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4	—	—
Творог	—	—	31	30	—	—
Сухари	12	12	12	12	12	12
Масса полуфабриката	—	180	—	180	—	180
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Масса жареных котлет	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 859, 863, 865	—	75	—	75	-	50
или сметана	30	30	20	20	20	20
Выход: с соусом	—	225	-	225	-	200
со сметаной	—	180	—	170	—	170

Сваренную в кожуре свеклу очищают, протирают или пропускают через овощерезку и прогревают с жиром, затем всыпают тонкой струей при помешивании манную крупу и варят до готовности.

Дальнейший способ приготовления такой же, как котлет морковных.

Отпускают со сметаной или соусом молочным, сметанным, сметанным с луком.

363. Котлеты капустные

Капуста свежая белокочанная	200	160	163	130	213	170
Молоко	30	30	15	15	—	—
Бульон	—	—	15	15	—	—
или вода	—	—	—	—	35	35
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Крупа манная	15	15	15	15	18	18
Яйца	1/2 шт.	20	1/5 шт.	8	-	—
Яблоки свежие	—	—	43	38	-	—
Сухари	12	12	12	12	12	12
Масса полуфабриката	—	180	—	180	-	180
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Масса жареных котлет	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	25	25	25	25	20	20
или соус №№ 859, 863	—	75	—	75	-	50
Выход: с жиром	—	165	—	160	—	155
со сметаной	—	175	—	175	—	170
с соусом	—	225	—	225	—	200

Капусту нарезают соломкой или мелко рубят, затем припускают с жиром в молоке, или молоке с добавлением бульона, или воде до полуготовности. После этого всыпают тонкой струйкой манную крупу, тщательно перемешивают и варят 10–15 мин. При приготовлении котлет с яблоками яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают соломкой, припускают с добавлением небольшого количества жира и соединяют с готовой капустной массой. Полученную массу охлаждают до 40–50°C, добавляют в нее сырые яйца и соль, тщательно перемешивают, формуют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях и обжаривают с обеих сторон. При отпуске поливают растопленным маргарином, или маслом, или сметаной, или соусом молочным или сметанным.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

364. Шницель из капусты

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Капуста свежая белокочанная	281	225	225	180	225	180
Мука пшеничная	5	5	5	5	5	5
Яйца	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8	1/8 шт.	5
Сухари	20	20	15	15	15	15
Масса полуфабриката	—	235	—	190	—	190
Кулинарный жир	15	15	10	10	10	10
Масса жареного шницеля	—	185	—	150	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	30	30	20	20	15	15
или соус №№ 859, 863	—	75	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	200	—	160	—	155
со сметаной	—	215	—	170	—	165
с соусом	—	260	—	225	—	200

Кочан капусты после зачистки и удаления кочерыги варят целиком 10–12 мин в кипящей подсоленной воде, слегка охлаждают и разбирают на листья. Утолщенные части листьев срезают или отбивают тяпкой. Затем складывают по два листа, придают им овальную форму, панируют в муке, смачивают в яйце, панируют в сухарях и обжаривают с обеих сторон. Отпускают с растопленным маргарином, или маслом, или сметаной, или соусом молочным или сметанным.

365. Капуста жареная

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Капуста белокочанная	334	267	334	267	416	333
или брюссельская	440	286	440	286	549	357
или цветная	427	222	427	222	535	278
или кольраби	549	357	549	357	686	446
Маргарин столовый или масло сливочное	20	20	15	15	10	10
Масса жареной капусты	—	200	—	200	—	250
Яйца	1 шт.	40	—	—	—	—
Сухари	—	—	10	10	—	—
Выход	—	240	—	210	—	250

Капусту белокочанную нарезают шашками, кольраби – кружочками, брюссельскую и цветную капусту разбирают на отдельные кочешки. Капусту варят в кипящей подсоленной воде в течение 5–10 мин, затем обжаривают, заливают яйцами (I колонка) или посыпают сухарями (II колонка) и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 3–5 мин.

366. Оладьи из тыквы

	БРУТТО	НЕТТО
Тыква	279	195
Мука пшеничная	50	50
Молоко	30	30
Яйца	1/2 шт.	20
Сахар	15	15
Сода	2	2
Кулинарный жир	15	15
Сметана	30	30
Выход	—	280

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена, протирают. В полученную массу добавляют просеянную муку, молоко, сахар, яйца и соль и перемешивают до образования однородной массы.

На раскаленную чугунную сковороду или противень, смазанные жиром, ложкой раскладывают тесто и жарят оладьи с обеих сторон.

Подают по 2–4 шт. на порцию. При отпуске поливают сметаной.

367. Помидоры, баклажаны и другие овощи жареные

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Помидоры свежие	280	238	—	—
или баклажаны	202	192	269	256
или кабачки	280	224	374	299
или тыква	269	188	357	250
Мука пшеничная	5	5	5	5
Кулинарный жир	15	15	12	12
Масса жареных овощей	—	150	—	200
Сметана	40	40	20	20
или соус №№ 859, 863, 864	—	75	—	75
Выход: со сметаной	—	190	—	220
с соусом	—	225	—	275

Подготовленные помидоры промывают, нарезают поперек кружочками, солят и обжаривают с обеих сторон. Баклажаны промывают, очищают от кожицы, нарезают кружочками, солят и оставляют на 10–15 мин для удаления горечи, затем промывают, обсушивают, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон.

Кабачки с плотной мякотью, мелкими семенами и тыкву очищают от кожицы, у тыквы и крупных кабачков удаляют семена, нарезают кружочками или ломтиками, посыпают солью, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон. Баклажаны и тыкву доводят до готовности в жарочном шкафу.

При подаче жареные овощи поливают сметаной или соусом молочным, или сметанным, или сметанным с томатом и посыпают измельченной зеленью петрушки и укропа.

368. Кабачки жареные с помидорами или с помидорами и грибами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кабачки	280	224	186	149	186	149
Мука пшеничная	5	5	5	5	5	5
Кулинарный жир	5	5	5	5	4	4
Масса жареных кабачков	—	150	—	100	—	100
Грибы белые свежие	101	77	101	77	—	—
или шампиньоны свежие	164	125	164	125	—	—
или сушеные белые грибы	25	25	25	25	—	—
Помидоры свежие	93	79	93	79	93	79
Кулинарный жир	15	15	15	15	10	10
Масса жареных грибов	—	50	—	50	—	—
Масса жареных помидоров	—	50	—	50	—	50
Соус №№ 863, 864	—	50	—	50	—	50
или сметана	30	30	20	20	15	15
Выход: с соусом	—	300	—	250	—	200
со сметаной	—	280	—	220	—	165

Кабачки, помидоры и грибы жарят. При отпуске вокруг кабачков укладывают помидоры. Грибы кладут сверху на кружочки кабачков, поливают соусом или сметаной. Блюдо украшают веточкой зелени или посыпают мелко нарезанной зеленью.

Соусы: сметанный, сметанный с томатом.

369. Грибы в сметанном соусе

	БРУТТО	НЕТТО
Грибы белые свежие	151	115
или грибы белые сушеные	37,5	37,5
или грибы белые маринованные или соленые (в бочковой таре)	140	115
или шампиньоны свежие	247	188
или сморчки свежие	179	150
Маргарин столовый	10	10
Масса жареных грибов	—	75
Соус № 863	—	75
Выход	—	150

Вареные сушеные грибы, или свежие белые грибы, или шампиньоны, или вареные сморчки нарезают ломтиками или дольками, обжаривают до готовности. Грибы маринованные отделяют от маринада, а соленые – от рассола, промывают, в дальнейшем их приготавливают так же, как и свежие грибы. Готовые грибы заливают соусом сметанным и кипятят 5–10 мин. Грибы можно готовить с пассерованным луком (10–20 г на порцию), соответственно увеличив выход блюда. При отпуске посыпают зеленью.

370. Грибы в сметанном соусе с картофелем

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Грибы в сметанном соусе № 369	—	150	—	150	—	75
Картофель	69	52	137	103	207	155
или картофель молодой	66	53	133	106	200	160
Масса вареного картофеля	—	50	—	100	—	150
Маргарин столовый	10	10	5	5	—	—
Выход	—	210	—	255	—	225

Очищенный, сваренный целыми клубнями картофель подсушивают. Грибы в сметанном соусе отпускают с картофелем, поливают маргарином. Можно украсить зеленью.

371. Драники (белорусское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	400	300
Мука пшеничная	5	5
Сода	1	1
Масса полуфабриката	—	300
Масло растительное	10	10
Масса готового блюда	—	240
Масло сливочное	10	10
или сметана	40	40
Выход: с маслом	—	250
со сметаной	—	280

Сырой очищенный картофель протирают, добавляют пшеничную муку, соль, соду, тщательно перемешивают и немедленно выпекают драники. Подают с маслом или сметаной.

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ

Запеченные овощи делят на группы: овощи, запеченные в соусе, запеканки, фаршированные овощи.

Для запекания овощи и грибы предварительно варят, припускают, тушат или жарят, а иногда используют сырыми.

Картофель для запеканок варят очищенным, воду сливают и в горячем виде протирают. Перед запеканием поверхность запеканок, пудингов, рулетов смазывают сметаной, а овощи, запекаемые с соусом, посыпают тертым сыром или молотыми сухарями и сбрызгивают маслом.

Запекают овощи в жарочном шкафу при 250–280 °С до образования корочки на поверхности изделия и температуры внутри него 80 °С. Жир на смазку противней включен в нормы, предусмотренные рецептурой (из расчета 2 г на порцию).

372. Картофель, запеченный в сметанном соусе

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	289	217	233	175	275	206
или картофель молодой	—	—	226	181	266	213
Маргарин столовый	10	10	—	—	—	—
Масса готового картофеля	—	150	—	170	—	200
Соус № 863	—	100	—	100	—	125
Сыр	5,4	5	5,4	5	5,4	5
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	260	—	280	—	335
Выход	—	230	—	250	—	300

Сырой очищенный картофель нарезают кубиками, по I колонке – жарят, а по II и III колонкам – варят в подсоленной воде, воду сливают, картофель подсушивают, затем нарезают ломтиками, молодой картофель используют целыми клубнями. Подготовленный картофель укладывают на порционные сковороды или противень, смазанные жиром, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают. При отпуске посыпают зеленью.

373. Картофель, запеченный в сметанном соусе с грибами, или луком, или грибами и луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	109	82	207	155	248	186
или картофель молодой	106	85	200	160	239	191
Масса вареного картофеля	—	80	—	150	—	180
Грибы белые сушеные	25	25	25	25	—	—
или грибы белые свежие	101	77	101	77	—	—
или шампиньоны свежие	164	125	164	125	—	—
Лук репчатый	48	40	—	—	48	40
Маргарин столовый[1]	10	10	10	10	10	10
Масса жареных грибов	—	50	—	50	—	—
Масса пассерованного лука	—	20	—	—	—	20

[1] Блюдо можно готовить на растительном масле

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус № 863	-	120	-	125		125
Сыр	5,4	5	5,4	5	5,4	5
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката		280		335		335
Выход	-	250		300		300

Картофель нарезают кубиками, отваривают в подсоленной воде и укладывают на смазанные жиром порционную сковороду или противень. Грибы, нарезанные дольками или ломтиками, нарезанный соломкой лук обжаривают, соединяют с соусом сметанным, заливают им картофель, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают.

При отпуске посыпают зеленью.

374. Картофель, запеченный с яйцом и помидорами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель (сырой)	203	152	300	225	387	280
или картофель (предварительно сваренный в кожуре)	175	127	257	187	331	241
Маргарин столовый	10	10	15	15	15	15
Масса жареного картофеля	-	105		155		200
Лук репчатый	36	30	36	30	36	30
или лук зеленый	29	23	29	23	29	24
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса пассерованного лука		15	- -	15	-	15
Помидоры свежие	93	79			--	
Маргарин столовый	5	5				
Масса жареных помидоров		50				
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	80	1 шт.	40
Масса полуфабриката		250		250		255
Масса готового продукта		225		225	-	230
Маргарин столовый	5	5	5	5		
Выход		230	-	230		230

Сырой очищенный картофель нарезают кубиками, а вареный – ломтиками и жарят до готовности. Репчатый лук нарезают полукольцами и пассеруют; при использовании зеленого лука его мелко нарезают и прогревают с жиром. Картофель смешивают с жареным луком, раскладывают на порционные сковороды или противень, смазанные жиром. При приготовлении блюда с помидорами их ошпаривают кипятком, очищают от кожицы, нарезают дольками, солят, слегка обжаривают на жире и кладут поверх картофеля. Затем заливают взбитыми яйцами с добавлением соли и запекают в жарочном шкафу.

При отпуске поливают жиром и посыпают зеленью

375. Картофель, запеченный с окороком и грибами

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	397	397
Масса вареного очищенного картофеля	-	289
Кулинарный жир	15	15
Масса жареного картофеля		240
Окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	26	20
Шампиньоны свежие	43	33
Лук репчатый	29	24
Кулинарный жир	15	15
Соус № 863	-	59

	БРУТТО	НЕТТО
Масса фарша	--	100
Сыр	5 4	5
Масса полуфабриката	--	345
Масса готового продукта	--	305
Масло сливочное	5	5
Выход	--	310

Лук и шампиньоны нарезают соломкой и обжаривают отдельно. Затем их соединяют, добавляют сметанный соус, приготовленный с добавлением грибного отвара, мелко нарезанный обжаренный окорок и тушат 10–15 мин.

Сваренный в кожуре и очищенный картофель нарезают ломтиками, обжаривают, кладут на смазанную жиром порционную сковороду, заливают сметанным соусом с луком, шампиньонами и окороком, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

При отпуске поливают жиром и посыпают зеленью.

376. Картофельное пюре запеченное

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофельное пюре № 326	--	200	--	250	—	250
Яйца	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10	-	—
Сметана	10	10	5	5	5	5
Масса полуфабриката	--	223	-	265	—	255
Масса запеченного пюре	-	200		240	---	230
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5	5	5
Выход		210	--	245	--	235

Картофельное пюре выкладывают на смазанную жиром порционную сковороду или противень, смазывают смесью яйца со сметаной или сметаной, на поверхность наносят ложкой узор и запекают.

При отпуске нарезают на порции и поливают жиром.

377. Картофельные пирожки с грибами, или морковью, или другим фаршем

	I		II		III	
Картофель	240	180	240	180	255	191
Яйца[1]	1/3 шт.	13	1/3 шт.	13	—	—
Мука пшеничная	5	5	5	5	5	5
Масса картофеля	--	185		185	—	185
Фарш:						
Грибы сушеные	12,5/12,5[2]	25	-	---	—	—
Лук репчатый	36/30[2]	15	--	-	24/20[2]	10
Морковь	—	-	55/44[2]	30	55/44[2]	30
Маргарин столовый	15	15	10	10	10	10
Яйца	-		1/4 шт.	10	--	—
Масса фарша		40		40	-	40
Масса полуфабриката	--	225		225	--	225
Масса готовых пирожков	-	200		200	--	200

[1] 1/10 нормы яйца оставляют на смазку.

[2] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное или маргарин столовый	15	15	10	10	5	5
или сметана	30	30	20	20	15	15
или соус № 863	—	75	—	75	—	75
Выход: с жиром	—	215	—	210	—	205
со сметаной	—	230	—	220	—	215
с соусом	—	275	—	275	—	275

В сваренный, протертый и охлажденный до 40–50°С картофель добавляют яйца, муку и перемешивают. Из картофельной массы разделывают лепешки, заполняют фаршем и формуют пирожки (2–3 шт. на порцию). Сформованные пирожки укладывают на смазанный жиром лист, смазывают яйцом и выпекают.

Для приготовления фарша: вареные грибы мелко рубят и обжаривают, лук, нарезанный полукольцами, пассеруют, яйца варят, мелко рубят, морковь, нарезанную соломкой, пассеруют, компоненты фарша перемешивают.

Пирожки отпускают с жиром, или со сметаной, или с соусом сметанным.

378. Картофельные ватрушки с фаршем

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	233	175
Яйца[1]	1/4 шт.	10
Мука пшеничная	5	5
Картофельная масса	—	175

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фарши:						
Грибы сушеные	12,5/12,5[2]	25	—	—		—
Лук репчатый	60/50[2]	25	—	—	—	—
Маргарин столовый	5	5	—	—	—	—
Яйца	1/4 шт.	10	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4
Творог	—	—	39	38	53	52
Сахар	—	—	3	3	5	5
Сметана	—	—	10	10	—	—
Масса фарша	—	60	—	60	—	60
Масса полуфабриката		235		235		235
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Выход	—	200	—	200	—	200

[1] 1/10 нормы яйца оставляют на смазку.

[2] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе масса продуктов нетто, в графе нетто масса готовых продуктов

В сваренный протертый картофель, охлажденный до 40–50°С, добавляют яйца, муку и перемешивают. Для ватрушек картофельную массу формуют в виде шариков, делают в них углубления и заполняют фаршем грибным или творожным. Сформованные ватрушки смазывают яйцом и выпекают.

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
379. Картофельные котлеты, запеченные под соусом грибным или сметанным с луком				
Котлеты картофельные № 357	—	150	—	200
Соус №№ 865, 868	—	130	—	125
Сыр	5,4	5	5,4	5
Маргарин столовый	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	280	—	325
Масса запеченных котлет	—	250	—	300
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5
Выход	—	260	—	305

Поджаренные картофельные котлеты укладывают на смазанную жиром сковороду, заливают соусом грибным или сметанным с луком, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маргарином и запекают.

При отпуске поливают жиром.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
380. Рулет или запеканка картофельные с овощами или овощами и грибами						
Картофель	240	180	240	180	240	180
Масса протертого картофеля	—	175	—	175	—	175
Для фарша:						
Капуста свежая белокочанная	—	—	50/40[1]	30	50/40[1]	30
или капуста квашеная	—	—	57/40[1]	30	57/40[1]	30
или свежие белые грибы	—	—	61/46[1]	30	—	—
или грибы сушеные	—	—	15/15[1]	30	—	—
или шампиньоны свежие	—	—	99/75[1]	30	—	—
Лук репчатый	24/20[1]	10	24/20[1]	10	—	—
Морковь	19/15[1]	10	—	—	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Яйца[2]	1/2 шт.	20	—	—	1/4 шт.	10
Масса фарша	—	40	—	40	—	40
Сметана	5	5	5	5	5	5
Сухари	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	225	—	225	—	225
Масса запеченного рулета или запеканки	—	200	—	200	—	200
Соус №№ 848, 863, 868	—	75	—	75	—	50
или сметана	30	30	20	20	15	15
Выход: с соусом	—	275	—	275	—	250
со сметаной	—	230	—	220	—	215

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе – масса нетто, в графе нетто – масса готовых продуктов.

[2] 1/10 нормы яйца оставляют на смазку.

Сваренный картофель обсушивают и в горячем состоянии протирают, перемешивают и выкладывают на чистую смоченную водой салфетку. На середину массы кладут фарш и придают ей форму рулета или кулебяки, которую перекладывают с салфетки швом вниз на смазанный жиром противень; смазывают сметаной, посыпают сухарями, затем ножом делают 2-3 прокола вдоль рулета, сбрызгивают жиром и запекают.

Для приготовления фарша: нарезанную соломкой или нарубленную капусту обжаривают; лук репчатый, морковь, нарезанную соломкой или ломтиками, пассеруют; сушеные вареные грибы, или свежие белые, или шампиньоны нарезают соломкой или ломтиками, слегка обжаривают. Капусту или грибы, морковь, пассерованный лук, вареные рубленые яйца смешивают, добавляют перец. Можно добавить зелень петрушки или укропа (5 г нетто).

Количество фарша можно увеличить до 80 г, соответственно увеличив выход.

При изготовлении запеканки картофельную массу делят пополам. Одну половину кладут на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень слоем 2 см, равномерно распределяют на нем фарш, который покрывают оставшейся картофельной массой. Поверхность изделия разравнивают, смазывают сметаной, ложкой наносят узор, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром и запекают.

Готовый рулет или запеканку режут на порции, при отпуске поливают сметаной или соусом томатным, сметанным или грибным.

Соус можно подать отдельно.

381. Запеканка капустная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	195	156	195	156	278	222
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	10	10	10	10
Масса припущенной капусты	—	140	- -	140		200
Яйца	2 шт.	80	1/4 шт.	10	-	
Крупа манная	--	-	20	20	25	25
Сухари	5	5	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	-	230		180		235
Масса готовой запеканки	-	195		150		200
Сметана	40	40	30	30	20	20
или соус №№ 859, 863, 864	-	75		75		50
Выход: со сметаной	-	235	-	180		220
с соусом	- -	270	--	225		250

По I колонке мелко нарезанную и припущенную с жиром капусту смешивают с яйцами и запекают.

По II и III колонкам в припущенную капусту всыпают манную крупу и, периодически помешивая, варят до готовности, после чего охлаждают до 40-50 °С, добавляют сырые яйца и перемешивают. Капустную массу выкладывают ровным слоем на смазанные жиром и посыпанные сухарями противень или сковороду, смазывают сметаной и запекают. Готовую запеканку нарезают на порции. Отпускают со сметаной или соусом молочным, сметанным или сметанным с томатом.

Соус и сметану можно подать отдельно. Вместо манной крупы можно использовать пшеничную муку (по 20-25 г на порцию), хлеб (по 33-42 г на порцию) или густой молочный соус (рец. № 862).

382. Морковная запеканка с творогом или без творога

Морковь	150	120	156	125	271	217
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Молоко	-	30			-	
Бульон	-	-	—	30		

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Вода	—	—	—	—	—	35
Масса припущенной моркови	—	110	—	115	—	200
Крупа манная	10	10	20	20	20	20
Яйца	1/2 шт.	20	1/5 шт.	8	—	—
Творог	76	75	76	75	—	—
Сахар	10	10	10	10	6	6
Сухари	5	5	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	235	—	235	—	235
Масса готовой запеканки	—	200	—	200	—	200
Масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	40	40	30	30	20	20
или соус №№ 859, 863	—	75	—	75	—	50
Выход: с соусом	—	275	—	275	—	250
со сметаной	—	240	—	230	—	220
с маслом	—	215	—	210	—	205

Морковную массу, подготовленную, как для котлет (рец. № 361), смешивают с протертым творогом и сахаром или только с сахаром. Смесь выкладывают на противень, смазанный жиром и посыпанный сухарями, поверхность выравнивают, смазывают сметаной, ложкой наносят узор и запекают.

При отпуске запеканку поливают маслом, или сметаной, или соусом молочным, или сметанным.

383. Пудинг из моркови

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	168	134	195	156	190	152
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Молоко	32	30	32	30	32	30
Вода	5	5	10	10	10	10
Сахар	5	5	5	5	5	5
Крупа манная	15	15	15	15	—	—
Хлеб пшеничный	—	-	-	—	25	18
Масса морковная		175	—	195	—	205
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Сухари	5	5	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	-	225	—	225	—	225
Масса готового пудинга	—	200	—	200	—	200
Сметана	30	30	30	30	20	20
или соус №№ 859, 863	—	75	—	75	—	75
Выход: со сметаной	—	230	—	230	—	220
с соусом	—	275	—	275	—	275

Морковную массу подготавливают, как для котлет (рец. № 361), по III колонке вместо манной крупы используют пшеничный хлеб, предварительно замоченный в молоке и пропущенный через мясорубку. В подготовленную массу добавляют при размешивании яичные желтки, затем взбитые яичные белки и выкладывают в формы или на противень, смазанные жиром и посыпанные сухарями. При варке пудинга на пару формы смазывают только маслом.

Поверхность пудинга смазывают сметаной, наносят узор и запекают в жарочном шкафу или варят на пару.

Отпускают пудинг со сметаной, или соусом молочным, или сметанным.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

384. Суфле из моркови

Морковь	146/117[1]	108	123/98[1]	90	—	—
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	10	10	—	—
Творог	—	—	31	30	—	—
Сахар	—	—	5	5	—	—
Выход	—	130	—	120	—	—

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе – масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

Припущенную с жиром и протертую морковь охлаждают до 40–50°С, затем соединяют с протертым творогом, сахаром, яичными желтками и взбитыми белками. Полученную массу выкладывают в смазанные жиром формочки или порционные сковороды и запекают в жарочном шкафу или варят на пару.

385. Запеканка из моркови и фасоли

Морковь	170	136	143	114	184	147
Маргарин столовый	15	15	10	10	10	10
Масса припущенной моркови	—	125	—	105	—	135
Фасоль	40	84[1]	50	105[1]	40	84[1]
Яйца	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8	—	—
Сметана	5	5	5	5	5	5
Сухари	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	225	—	225	—	225
Масса готовой запеканки	—	200	—	200	—	200
Сметана	30	30	30	30	20	20
Выход	—	230	—	230	—	220

[1] Масса отварной фасоли.

Подготовленную фасоль варят до готовности и протирают.

Припущенную и протертую морковь смешивают с вареной протертой фасолью, добавляют яйца. Массу выкладывают на смазанную жиром и посыпанную сухарями сковороду, смазывают сметаной, посыпают сухарями и запекают. Фасоль можно заменить соответствующим количеством зеленого горошка, его вводят непротертым.

При отпуске поливают сметаной или сметану подают отдельно.

386. Запеканка овощная

Горошек зеленый консервированный	46	30	—	—	—	—
Картофель	137/103[1]	100	137/103[1]	100	137/103[1]	100
Капуста белокочанная свежая	49/39[1]	35	55/44[1]	40	70/56[1]	50
Морковь	41/33[1]	30	54/43[1]	40	48/38[1]	35

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Репа	—	—	29/22[1]	20	29/22[1]	20
Лук репчатый	24/20[1]	10	24/20[1]	10	24/20[1]	10
Маргарин столовый	15	15	15	15	10	10
Яйца	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8	—	—
Манная крупа	10	10	10	10	10	10
Сухари	10	10	10	10	10	10
Сметана	5	5	5	5	5	5
Сыр	5,4	5	—	—	-	—
Масса полуфабриката	—	235	—	235	—	235
Масса готовой запеканки	—	200	—	200	—	200
Сметана	30	30	25	25	20	20
или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или соус №№ 859, 863, 864	—	75	—	75	—	50
Выход: со сметаной	—	230	—	225	—	220
с соусом	—	275	—	275	—	250
с маслом	—	215	—	210	—	205

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе масса продуктов нетто, в графе нетто – масса готовых продуктов.

Нарезанные соломкой, припущенные отдельно морковь, репу и капусту соединяют с пассерованным луком, нарезанным полукольцами, всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Овощную массу смешивают с протертым вареным картофелем, зеленым горошком, охлаждают до 40–50°С, добавляют яйца, выкладывают на смазанные жиром и посыпанные сухарями противень или сковороду, смазывают сметаной, посыпают сухарями или сухарями, смешанными с сыром, и запекают.

При отпуске запеканку нарезают на порции и поливают сметаной, или маслом или соусом молочным, или сметанным, или сметанным с томатом.

387. Пудинг овощной

Капуста цветная	42	22	—	—	—	—
Капуста белокочанная свежая	—	—	90	72	70	56
Морковь	28	22	81	65	54	43
Молоко	30	30	30	30	30	30
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса припущенной капусты	—	20	—	65	—	50
Масса припущенной моркови	—	20	—	60	—	40
Картофель	—	—	—	—	112	84
Кабачки	48	38	—	—	—	—
Маргарин столовый	10	10	—	—	5	5
Масса обжаренного картофеля	—	—	—	—	—	70
Масса обжаренных кабачков	—	25	—	—	—	—
Зеленый горошек (консервированный)	31	20	46	30	—	—
Крупа манная	10	10	15	15	15	15
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Сметана	—	—	5	5	5	5
Сухари	3	3	5	5	5	5
Сыр	5,4	5	—	—	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса полуфабриката	—	170	—	225	—	225
Масса готового пудинга	—	150	—	200	—	200
Сметана	30	30	30	30	20	20
или соус №№ 859, 863	—	75	—	75	—	75
Выход: со сметаной	—	180	—	230	—	220
с соусом	-	225	—	275	—	275

Морковь, нарезанную мелкими кубиками, и нарубленную свежую капусту припускают в молоке с жиром; картофель, кабачки, нарезанные мелкими кубиками, обжаривают; цветную капусту отваривают. В подготовленные овощи и зеленый горошек всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Массу охлаждают до 40–50°С, добавляют желтки и взбитые белки, перемешивают, выкладывают в форму или на противень, смазанные жиром и посыпанные сухарями. Пудинг смазывают сметаной или посыпают тертым сыром и запекают.

Отпускают пудинг со сметаной или соусом молочным или сметанным.

388. Запеканка из тыквы

Тыква	120	84	181	127	199	139
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Пшено	30	30	40	40	40	40
Молоко	75	75	100	100	100	100
Яйца	1/2 шт.	20	1/5 шт.	8	—	—
Сметана	5	5	5	5	—	—
Масса полуфабриката	—	180	—	235	—	235
Масса запеканки	-	150		200	—	200
Соус №№ 859, 863	—	50	—	75	—	50
или сметана	30	30	20	20	15	15
Выход: со сметаной	—	180	—	220	—	215
с соусом	-	200	—	275	—	250

Очищенную от кожицы и семян тыкву измельчают. В кипящее молоко кладут соль, часть жира, подготовленную тыкву. Затем засыпают промытое в горячей воде пшено и проваривают до загустения. Остывшую до 40–50°С массу соединяют с яйцами, выкладывают на смазанный жиром противень, поверхность смазывают сметаной, ложкой наносят узор и запекают в жарочном шкафу. При отпуске поливают сметаной или соусом молочным или сметанным. Соус можно подать отдельно.

389. Пудинг из тыквы и яблок

Тыква	143/100[1]	83	—	—	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	—	—	—	—
Молоко	50	50	—	—	—	—
Яблоки	142/125[1]	100	—	—	—	—
Сахар	10	10	—	—	—	—
Корица в порошке	0,1	0,1	—	—	—	—
Яйца	1/2 шт.	20	—	—	—	—
Крупа манная	15	15	—	—	—	—
Сухари	10	10	—	—	—	—
Масса полуфабриката	—	280	—	—	—	—
Масса готового пудинга	—	250	—	—	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное	10	10	--	--	—	—
или сметана	30	30	—	—	—	—
или соус № 863	--	75	-	—	—	—
Выход: со сметаной	-	280	--	--	--	—
с соусом	-	325	--	—	—	—
с маслом	-	260	—	--	--	—

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов

Тыкву очищают от кожицы и семян, нарезают мелкими кубиками и припускают в молоке с жиром до готовности. Яблоки с удаленным семенным гнездом мелко нарезают кубиками и припускают с добавлением сахара и воды до готовности. Затем тыкву смешивают с яблоками, добавляют корицу, всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Полученную массу охлаждают до 40 - 50°C, добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, перемешивают, затем осторожно вводят взбитые белки. Массу выкладывают на смазанную жиром и посыпанную сухарями форму или на противень, поверхность выравнивают, посыпают сухарями и запекают.

При отпуске поливают маслом, или сметаной, или соусом сметанным.

390. Солянка овощная

Капуста тушеная № 342	-	200	—	200	--	200
Лук репчатый	24/20[1]	10	24/20[1]	10	48/40[1]	20
Огурцы соленые	68/41[1]	35	68/41[1]	35	68/41[1]	35
Каперсы	10	5	10	5	10	5
Грибы соленые или маринованные (в бочковой таре)	24	20	24	20	18	15
Масло растительное	10	10	7	7	5	5
Сухари	3	3	3	3	5	5
Сыр	5.4	5	5.4	5	--	—
Масса полуфабриката	--	280	--	280	—	280
Масса готовой солянки		250	--	250	--	250
Маслины	31	20	-	--	—	--
Вишни или сливы маринованные	22	12	--	--	--	—
Лимон	9	8	-	--	—	—
Выход	-	290	--	250	--	250

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

Соленые огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками или ромбиками и припускают. Подготовленные грибы слегка обжаривают, лук репчатый пассеруют. Тушеную капусту соединяют с огурцами грибами, луком и каперсами, все перемешивают и прогревают. На порционную сковороду или противень, смазанные жиром, выкладывают подготовленные овощи и грибы, посыпают тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызгивают маслом и запекают.

Можно приготовлять солянку без каперсов, соответственно изменив выход. При отпуске солянку нарезают на порции.

По I колонке солянку перед подачей оформляют лимонами, маслинами, маринованными вишнями или сливами.

391. Голубцы овощные

Капуста белокочанная свежая	190	152	190	152	190	152
Масса вареной капусты	-	140	—	140	--	140
Для фарша:						
Грибы белые свежие	79/60[1]	30	53/40[1]	20	--	—
или грибы белые сушеные	15/15[1]	30	10/10[1]	20	—	—
или шампиньоны свежие	99/75[1]	30	66/50[1]	20	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	—	—	28/22[1]	15	46/37[1]	25
Репа	—	—	—	—	17/13[1]	10
Лук репчатый	48/40[1]	20	36/30[1]	15	36/30[1]	15
Яйца	1/4 шт.	10	—	—	—	—
Крупа рисовая	7	20[2]	11	30[2]	11	30[2]
Зелень петрушки	3	2	3	2	3	2
Маргарин столовый	15	15	15	15	12	12
Масса фарша	—	80	—	80	—	80
Масса полуфабриката	—	220	—	220	—	220
Соус №№ 863, 864	—	100	—	100	—	100
Выход	—	250	—	250	—	250

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе–масса продуктов нетто, в графе нетто–масса готовых продуктов.

[2] Масса риса готового.

Кочан капусты (с удаленной кочерыгой) отваривают в подсоленной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщенные части листьев слегка отбивают. На подготовленные листья капусты кладут фарш, завертывают в виде конверта. Голубцы укладывают на противень или сковороду, обжаривают, заливают соусом сметанным или сметанным с томатом и запекают.

Для фарша: мелко нарезанные овощи пассеруют, добавляют зелень петрушки, а грибы жарят и соединяют с вареным рассыпчатым рисом, мелко нарубленными, сваренными вкрутую яйцами, все перемешивают. При использовании сушеных грибов их замачивают в холодной воде, промывают 3–4 раза, варят, а затем измельчают и жарят.

392. Капуста цветная, или белокочанная, или савойская, запеченная под соусом

Капуста цветная	342	178	277	144	213	111
или капуста белокочанная ранняя	223	178	180	144	139	111
или капуста савойская	223	174	181	141	140	109
Масса вареной капусты	—	160	—	130	—	100
Соус № 861	—	130	—	100	—	75
Сыр	5,4	5	5,4	5	5,4	5
Масло сливочное	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	295	—	235	—	180
Масса запеченной капусты	—	250	—	200	—	150
Масло сливочное	10	10	5	5	—	—
Выход	—	260	—	205	—	150

Капусту, подготовленную, как в рец. № 327, укладывают на смазанную жиром сковороду или противень, заливают горячим молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают. Отпускают в той же посуде, в которой она запекалась, или на тарелке, поливают маслом.

393. Кабачки, запеченные под соусом

Кабачки	299	239	224	179	186	149
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Маргарин столовый	15	15	15	15	10	10

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса жареных кабачков	—	160	—	120	—	100
Соус №№ 861, 863	—	120	—	100	—	70
Сыр	5,4	5	5,4	5	5,4	5
Масса полуфабриката	—	280	—	225	—	170
Масса запеченных кабачков	—	250	—	200	—	150
Масло сливочное	5	5	5	5	—	—
Выход	—	255	—	205	—	150

Кабачки очищают от кожицы, нарезают кружочками толщиной 1,5–2 см, посыпают солью, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон. Затем кладут на смазанную жиром сковороду или противень, заливают горячим молочным соусом средней густоты или сметанным, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают.

При отпуске поливают маслом.

394. Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом

Кабачки	149	119	94	75	130	104
Мука пшеничная	3	3	2	2	3	3
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса жареных кабачков	—	80	—	50	—	70
Цветная капуста	235	122	171	89	129	67
Масса вареной капусты	—	110	—	80	—	60
Соус №№ 861, 863	—	100	—	100	—	100
Сыр	5,4	5	5,4	5	5,4	5
Масса полуфабриката	—	295	—	235	—	235
Масса готового продукта	—	250	—	200	—	200
Масло сливочное	10	10	5	5	—	—
Выход	—	260	—	205	—	200

Кабачки, подготовленные, как в рец. № 367, предварительно жарят, а капусту отваривают, затем кладут их на смазанную жиром сковороду, заливают горячим молочным соусом средней густоты или сметанным, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

При отпуске поливают маслом сливочным.

395. Котлеты овощные под молочным соусом

	БРУТТО	НЕТТО
Котлеты капустные № 363 или морковные № 361	—	150
Соус № 861	—	120
Сыр	5,4	5
Масло сливочное	5	5
Масса полуфабриката	—	280
Выход	—	250

Готовые котлеты укладывают на смазанные жиром порционные сковороды, заливают горячим молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают.

396. Грибы в сметанном соусе запеченные

	БРУТТО	НЕТТО
Грибы белые свежие	182	138
или шампиньоны свежие	237	180
или грибы сушеные	45	45
или сморчки	214	180
Маргарин столовый	10	10
Масса жареных грибов	-	90
Соус № 863	—	75
Сыр	5,4	5
Масса полуфабриката	—	170
Выход	—	150

Подготовленные свежие грибы нарезают дольками и обжаривают в течение 10–12 мин, сушеные белые грибы и сморчки предварительно отваривают, а шампиньоны припускают, затем соединяют со сметанным соусом, доводят до кипения, раскладывают на смазанные жиром порционные сковороды, посыпают сыром и запекают до образования на поверхности румяной корочки.

397. Помидоры, фаршированные грибами и рисом или рисом и морковью

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Помидоры свежие	176	150	176	150	176	150
Для фарша:						
Грибы белые свежие	118/90[1]	45	79/60[1]	30	—	—
или шампиньоны свежие	149/113[1]	45	99/75[1]	30	—	—
Крупа рисовая	—	—	11	30[2]	11	30[2]
Лук репчатый	48/40[1]	20	36/30[1]	15	36/30[1]	15
Томатное пюре	10	10	—	—	—	—
Морковь	—	—	—	—	55/44[1]	30
Масло растительное	15	15	15	15	10	10
Чеснок	0,3	0,2	—	—	—	—
Перец молотый	-		0,05	0,05	0,05	0,05
Масса фарша	—	75	—	75	—	75
Сыр	5,4	5	5,4	5	3,3	3
Сухари	2	2	2	2	2	2
Масса полуфабриката		225	—	225	—	225
Масса готовых помидоров	—	200	-	200	—	200
Соус №№ 859, 863, 864		75	—	75	—	75
или сметана	30	30	30	30	20	20
Выход: с соусом	-	275	—	275	—	275
со сметаной	-	230	—	230	—	220

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе - масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

[2] Масса готового риса.

Из помидоров вынимают сердцевину, затем подготовленные помидоры наполняют фаршем, кладут на смазанный жиром противень, посыпают тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызгивают маслом и запекают 15–20 мин.

Для фарша: подготовленные белые грибы или шампиньоны мелко нарезают и обжаривают с добавлением мелко нарезанных сердцевин помидоров. Лук репчатый и морковь нарезают соломкой или мелкими кубиками и пассеруют. Рисовую крупу отваривают. Затем все смешивают, добавляют зелень петрушки, молотый перец или мелко нарубленный чеснок и соль.

При отпуске поливают соусом молочным, сметанным, сметанным с томатом или сметаной.

398. Свекла, фаршированная овощами, под соусом	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	153/150[1]	120
Морковь	46/37[1]	25
Лук репчатый	36/30[1]	15
Помидоры свежие	28/24[1]	15
или томатное пюре	15	15
Капуста свежая	28/22[1]	20
Масло растительное	10	10
Перец	0,02	0,02
Масса полуфабриката	—	195
Соус №№ 861, 863, 864	—	75
Выход	—	250

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе – масса продуктов нетто, в графе нетто – масса готовых продуктов

Вареную свеклу очищают от кожицы, удаляют середину мякоти, заполняют овощным фаршем, укладывают на противни, заливают соусом и запекают в жарочном шкафу до готовности.

Для приготовления фарша: оставшуюся часть свеклы нарезают соломкой или рубят, морковь и лук пассеруют.

Капусту свежую нарезают соломкой и припускают. Все соединяют, добавляют жареные помидоры или пассерованное томатное пюре, перец.

Соусы – молочный, сметанный, сметанный с томатом.

399. Перец, фаршированный овощами	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Перец сладкий	133	100	120	90
Для фарша:				
Морковь	74/59[1]	40	110/88[1]	60
Петрушка (корень)	21/16[1]	10	11/8[1]	5
Лук репчатый	48/40[1]	20	48/40[1]	20
Томатное пюре	—	—	10	10
Масло растительное	15	15	10	10
Сахар	10	10	5	5
Уксус 3%-ный	20	20	20	20
Помидоры свежие	47/40[1]	25	—	—
Масса фарша	—	100	—	90
Масса полуфабриката	—	200	—	180
Выход	—	165	—	150

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе – масса продуктов нетто, в графе нетто – масса готовых продуктов

Сладкий перец перебирают, промывают, подрезают вокруг плодоножки и удаляют ее вместе с семенами, не нарушая целостности стручка. Перец заливают горячей водой и варят 1–2 мин, затем откидывают на дуршлаг и заполняют фаршем.

Для фарша: морковь и петрушку нарезают мелкой соломкой и пассеруют; отдельно пассеруют репчатый лук, нарезанный полукольцами. Все смешивают, добавляют пассерованное томатное пюре или жареные помидоры. Затем фарш заправляют сахаром, уксусом и все доводят до кипения.

Подготовленный сладкий перец с овощным фаршем укладывают на противень и запекают с небольшим количеством жидкости до готовности в жарочном шкафу.

Перед подачей перец поливают соком, оставшимся после припускания.

Фаршированный перец, приготовленный на растительном масле, можно подавать горячим и холодным.

400. Перец, фаршированный овощами и рисом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Перец сладкий	187	140	187	140	160	120
Для фарша:						
Крупа рисовая	11	30[1]	14	38[1]	11	30[1]
Морковь	28/22[2]	15	28/22[2]	15	36/29[2]	20
Лук репчатый	36/30[2]	15	48/40[2]	20	24/20[2]	10
Помидоры	74/63[2]	40	56/48[2]	30	38/32[2]	20
Масло растительное	15	15	15	15	10	10
Масса фарша	—	100	—	100	—	80
Масса полуфабриката	—	240	—	240	—	200
Соус №№ 861, 863, 864	—	75	—	75	—	75
Выход	—	250	—	250	—	220

[1] В графе нетто указана масса готового риса.

[2] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе - масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

Сладкий перец, подготовленный, как в рец. № 399, наполняют овощным фаршем с рисом, укладывают на противень, заливают соусом молочным, или сметанным, или сметанным с томатом и запекают в жарочном шкафу до готовности. Для приготовления фарша рисовую крупу варят в подсоленной воде до полуготовности и откидывают, затем добавляют в овощной фарш, приготовленный, как в рец. № 399. Отпускают перец с соусом, в котором его запекают и посыпают измельченной зеленью.

401. Репа или кабачки, фаршированные овощами и рисом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Репа	145/109[1]	100	217/163[1]	150	160/120[1]	110
или кабачки	166/111[1]	100	249/167[1]	150	182/122[1]	110
Для фарша:						
Крупа рисовая	15	42[2]	18	50[2]	15	42[2]
Лук репчатый	36/30[1]	15	36/30[1]	15	24/20[1]	10
Морковь	—	—	—	—	19/15[1]	10
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4
Маргарин столовый	15	15	15	15	10	10
Масса фарша	—	75	—	75	—	60
Масса полуфабриката	—	175	—	225	—	170
Сыр	5,4	5	5,4	5	-	—
Масса запеченной фаршированной репы или кабачков	—	160	—	200	—	150
Соус №№ 859, 863, 864	—	75	—	75	—	75
или сметана	30	30	30	30	20	20
Выход: со сметаной	—	190	—	230	—	170
с соусом	—	235	—	275	—	225

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе - масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

[2] В графе нетто указана масса готового риса.

Очищенную репу отваривают до готовности и ложкой или выемкой вынимают часть мякоти. Кабачки очищают от кожицы, разрезают поперек на части длиной 3 5 см в зависимости от диаметра кабачков, удаляют семена с частью мякоти и отваривают до полуготовности в подсоленной воде. Затем отварные репу или кабачки заполняют фаршем так, чтобы он выступал горкой. Кладут на смазанный жиром противень, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают. Запеченные репу или кабачки заливают соусом или сметаной и доводят до кипения.

Для приготовления фарша морковь и лук нарезают соломкой или кубиками и пассеруют с жиром. Рисовую крупу отваривают в подсоленной воде, откидывают и смешивают с пассерованными овощами, мелко нарезанной частью мякоти репы и сваренным вкрутую мелко нарубленным яйцом.

Морковь и лук в фарше можно заменить яблоками в тех же количествах.

Отпускают репу или кабачки со сметаной или с соусом молочным или сметанным, или сметанным с томатом. При отпуске посыпают зеленью.

402. Кабачки, фаршированные овощами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кабачки	249/167[1]	150	249/167[1]	150	182/122[1]	110
Для фарша:						
Капуста белокочанная свежая	--	--			41/33[1]	25
Лук репчатый	36/30[1]	15	36/30[1]	15	24/20[1]	10
Морковь	46/37[1]	25	64/51[1]	35	19/15[1]	10
Петрушка (корень)	21/16[1]	10	21/16[1]	10	11/8[1]	5
Томатное пюре	10	10	10	10	10	10
Масло растительное	20	20	20	20	15	15
Лук зеленый	19/15[1]	10	19/15[1]	10	10/8[1]	5
Перец	—	—	0,02	0,02	0,02	0,02
Чеснок	–	—	3	2	2	1,5
Горошек зеленый консервированный	15	10	—		-	-
Масса фарша	—	75	--	75	-	55
Сыр	5,4	5	5,4	5	5,4	5
Масса полуфабриката	—	225	–	225		170
Масса запеченных кабачков	—	200		200		150
Соус №№ 863, 864	-	75		75	-	50
или сметана	30	30	30	30	20	20
Выход: с соусом	-	275	-	275		200
со сметаной	–	230	-	230		170

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе масса продуктов нетто, в графе нетто масса готовых продуктов.

Кабачки, подготовленные, как в рец. № 401, заполняют овощным фаршем, кладут на смазанный жиром противень, посыпают тертым сыром и запекают. Затем кабачки заливают соусом сметанным, или сметанным с томатом, или сметаной и доводят до кипения.

Для приготовления фарша капусту, нарезанную соломкой или мелкими шашками, жарят, морковь и петрушку (или сельдерей) нарезают мелкими кубиками или соломкой и пассеруют. Отдельно пассеруют репчатый лук, нарезанный полукольцами. Затем добавляют пассерованное томатное пюре, мелко нарезанный и слегка поджаренный зеленый лук, зеленый горошек, измельченный чеснок, перец, перемешивают и прогревают.

403. Баклажаны, фаршированные овощами

Баклажаны	179	170	179	170	179	170
Для фарша:						
Грибы белые свежие	39/30[1]	15	—	—	—	--

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или шампиньоны свежие	50/38[1]	15	—	—	—	—
или грибы белые сушеные	7,5/7,5[1]	15	—	—	—	—
Лук репчатый	24/20[1]	10	36/30[1]	15	36/30[1]	15
или лук зеленый	19/15[1]	10	29/23[1]	15	29/23[1]	15
Морковь	28/22[1]	15	46/37[1]	25	64/51[1]	35
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	—	—
Петрушка (корень)	21/16[1]	10	21/16[1]	10	15/11[1]	7
или сельдерей (корень)	24/16[1]	10	24/16[1]	10	16/11[1]	7
Томатное пюре	10	10	—	—	10	10
Масло растительное	15	15	15	15	10	10
Помидоры свежие	38/32[1]	20	38/32[1]	20	28/24[1]	15
Чеснок	—	—	2	1,5	1	0,8
Перец	-		0,02	0,02	0,02	0,02
Масса фарша		80	—	80	-	80
Масса полуфабриката		250	-	250	—	250
Масса готовых баклажанов		200	—	200	—	200
Соус №№ 863, 864		75	—	75	—	75
Выход	-	275	—	275	—	275

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе масса продуктов нетто, в графе нетто масса готовых продуктов.

Баклажаны разрезают вдоль на две части, удаляют семена, солят, оставляют на 10–15 мин, чтобы выделился сок, промывают и заполняют их овощным фаршем, или фаршем из овощей с грибами, или фаршем из овощей с яйцами. Затем баклажаны укладывают в один ряд на противень, добавляют небольшое количество воды или бульона и запекают в жарочном шкафу до готовности.

Для фарша: морковь и петрушку (или сельдерей), нарезанные соломкой или мелкими кубиками, пассеруют, отдельно пассеруют репчатый лук, нарезанный полукольцами. Продукты смешивают, добавляют пассерованное томатное пюре, жареные помидоры, измельченный чеснок и доводят до кипения. Затем в фарш добавляют нарезанные ломтиками вареные яйца или жареные мелко нарезанные грибы, соль, перец.

Сушеные грибы предварительно варят, мелко режут и слегка обжаривают.

При отпуске поливают соусом сметанным или сметанным с томатом.

404. Тыква, запеченная с яйцом

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Тыква	267	155[1]	241	140[1]
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40
Маргарин столовый	10	10	10	10
Масса полуфабриката	—	235	-	180
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5	5	5
Выход	-	205	-	155

[1] Масса припущенной тыквы.

Очищенную от кожицы и семян тыкву нарезают, припускают, протирают и смешивают с сырыми яйцами. Подготовленную массу выкладывают на сковороду, смазанную жиром, и запекают.

При отпуске поливают маргарином или маслом сливочным, посыпают зеленью.

БЛЮДА ИЗ КРУП

КАШИ

Каши можно варить из любого вида крупы. Варят их на воде, на молоке или на смеси молока и воды.

По консистенции каши делятся на рассыпчатые, вязкие и жидкие в зависимости от соотношения крупы и жидкости, взятых для варки.

В табл. 8 указано количество крупы и жидкости, которое необходимо для приготовления 1 кг рассыпчатой, вязкой и жидкой каш (графы 2 и 3), здесь же дается примерное количество жидкости и соли, которое необходимо, чтобы приготовить каши различной консистенции из 1 кг крупы (графы 4 и 5).

Нормы жидкости, указанные в таблице, рассчитаны для варки каш в котлах емкостью от 30 до 60 л. При уменьшении емкости котлов количество жидкости, указанное в таблице, может быть увеличено, но не более чем на 5–10% – для рассыпчатых каш и на 2–3% – для вязких каш. При большей емкости котлов количество жидкости соответственно уменьшают.

Пример. Нужно приготовить 20 кг пшенной вязкой каши. Пользуясь таблицей, по графе 2 находим, что для приготовления 1 кг каши требуется 250 г (0,25 кг) крупы; следовательно, для приготовления 20 кг каши потребуется 0,25 кг × 20 = 5 кг крупы. В графе 3 находим, что для приготовления 1 кг каши требуется 0,80 л жидкости; следовательно, для приготовления 20 кг каши потребуется 0,80 л × 20 = 16 л жидкости. Каша (по II колонке) готовится на смеси молока и воды; следовательно, надо 40% воды, то есть $\frac{16 \cdot 40}{100} = 6{,}4$ л, и 60% молока, то есть $\frac{16 \cdot 60}{100} = 9{,}6$ л.

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек. Пшено, рисовую и перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что в крупе при промывании всегда остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10–30% от массы сухой крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы, а также хлопья овсяные «Геркулес» не промывают.

В настоящее время промышленность в основном вырабатывает крупу гречневую – ядрицу быстроразваривающуюся. Поджаривать ее не следует, так как она разваривается в течение 30 мин.

Таблица 8

Количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каш

Наименование каш	На 1 кг выхода каши[1]		Из 1 кг крупы и выход каши			Привар, %	Влажность в % (допускаются отклонения ± 1,5%)
	крупа, г	жидкость, л[2]	жидкость, л	соль, г	выход, кг		
1	2	3	4	5	6	7	8
Гречневая:							
рассыпчатая из ядрицы неподжаренной и ядрицы быстроразваривающейся	476	0,71	1,50	21	2,10	110	60
из ядрицы поджаренной	417	0,79	1,90	24	2,40	140	69
вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	79
Пшенная:							
рассыпчатая	400	0,72	1,80	25	2,50	150	66
вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	79
жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83

1	2	3	4	5	6	7	8
Рисовая:							
рассыпчатая	357	0,75	2,10	28	2,80	180	70
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
жидкая	154	0,88	5,70	65	6,50	550	87
Перловая:							
рассыпчатая	333	0,80	2,40	30	3,00	200	72
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
Ячневая:							
рассыпчатая	333	0,80	2,40	30	3,00	200	72
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
Овсяная:							
вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	78
жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83
Из хлопьев овсяных «Геркулес»:							
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
жидкая	154	0,88	5,70	65	6,50	550	87
Манная:							
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
жидкая	154	0,88	5,70	65	6,50	550	87
Пшеничная:							
рассыпчатая	400	0,72	1,80	25	2,50	150	66
вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	79
жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83
Кукурузная:							
рассыпчатая	333	0,80	2,40	30	3,00	200	72
вязкая	285	0,77	2,70	35	3,50	250	76
жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83
Из саго искусственного:							
рассыпчатая	333	0,75	2,25	30	3,00	200	71
вязкая	250	0,81	3,25	40	4,00	300	78

[1] Для каш, приготовленных на воде, берут 10 г соли, а для молочных и сладких – 4–5 г на 1 кг выхода каши.

[2] Каши рассыпчатые по всем трем колонкам, а вязкие и жидкие по III колонке готовят на воде. Жидкие каши по I колонке готовят на цельном молоке, вязкие каши по I и II колонкам и жидкие каши по II колонке готовят на смеси молока и воды. Соотношение молока и воды принимается следующее: 60% молока, 40% воды.

При варке вязких и жидких каш на 1 кг выхода каши добавляется сахар из расчета 30 г по I и II колонкам, 10 г для вязких и 20 г для жидких каш по III колонке.

Отходы при переборке, просеивании и промывании круп, составляющие 1–1,5%, а также потери при порционировании (около 1%) учтены при определении выхода каш и готовых изделий из них.

На приготовление каши из дробленого риса, пшена и овсяной крупы норму ее увеличивают против указанной в таблице и в рецептуре на 2%.

При приготовлении рассыпчатой гречневой каши из ядрицы, вырабатываемой из непропаренного зерна, для сокращения срока варки крупу иногда обжаривают. Перебранную крупу насыпают на противень слоем не более 4 см и, периодически помешивая, обжаривают в жарочном шкафу при 110–120 °С до светло-коричневого цвета. Учитывая, что влажность поджаренной крупы уменьшается примерно на 10%, воды для каши необходимо брать несколько больше.

Рекомендуемая в рецептурах норма выхода рассыпчатых, вязких и жидких каш может быть уменьшена до 100, 150, 250 г в зависимости от спроса потребителей.

При подаче кашу поливают растопленным жиром или кладут кусочек масла.

Указанные в рецептурах жиры можно заменять в соответствии с табл. 36 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

Количество жира и сахара на блюдо, указанное в рецептурах, допускается изменять. На порцию каши по любой рецептуре можно взять 10–15 г жира. Сахар добавляется в количестве 5, 10, 20 или 25 г, при этом соответственно изменяется и выход блюда. Каши можно отпускать с вареньем, джемом, повидлом, медом – 25–30 г на порцию.

РАССЫПЧАТЫЕ КАШИ

Рассыпчатые каши варят на воде из всех видов круп, кроме манной, овсяной, хлопьев овсяных «Геркулес». В готовой рассыпчатой каше зерна должны быть полностью набухшими, хорошо проваренными, в основном сохранившими форму и легко отделяющимися друг от друга.

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая.

Жир можно добавлять во время варки или использовать его, поливая кашу при отпуске. Когда каша сделается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть: за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет.

Для упревания рассыпчатых каш требуется: гречневой (из ядрицы, вырабатываемой из непропаренного зерна) – около 4,5 ч; из поджаренной крупы – 1,5–2 ч; из ядрицы быстроразваривающейся – 1–1,5 ч; перловой, ячневой, пшенной, пшеничной – 1,5–2 ч; рисовой – около 1 ч.

Рассыпчатые каши из рисовой крупы и пшена можно готовить в большом количестве воды (откидным способом). Для этого подготовленную крупу засыпают в подсоленный кипяток (6 л воды и 60 г соли на 1 кг крупы) и варят: рисовую крупу – до готовности, пшено – 5–10 мин. Готовый рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой, кладут в посуду, добавляют растопленный жир, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу или на плите с умеренным нагревом.

С проваренного пшена сливают воду, добавляют жир, перемешивают и доводят до готовности обычным способом.

При варке в наплитной посуде кашу для упревания следует поставить в жарочный шкаф. При варке в пищеварочном котле после набухания крупы уменьшают нагрев, закрывают котел крышкой и доводят кашу до готовности.

При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным жиром или посыпают сахаром, можно отпускать с жиром и сахаром, соответственно увеличив предусмотренную в рецептуре норму выхода блюда.

Кипяченое молоко горячее или холодное подают в стакане или глубокой тарелке вместе с кашей.

Каши рассыпчатые с наполнителями (репчатым луком, шпиком, яйцом, грибами и др.) готовят из всех видов круп, кроме кукурузной и саго.

405. Каша рассыпчатая

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса каши	—	150	—	200	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	15	15	10	10
или сахар	15	15	20	20	25	25
или молоко	200	190[1]	200	190[1]	247	235[1]
Выход: с жиром	—	165	—	215	—	260
с сахаром	—	165	—	220	—	275
с молоком	—	340	—	390	—	485

[1] Масса кипяченого молока.

406. Каша рассыпчатая с луком, шпиком или яйцом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса каши	—	150	—	200	—	250
Лук репчатый	30	25	30	25	30	25
Кулинарный жир	15	15	15	15	10	10
Масса пассерованного с жиром лука	—	25	—	25	—	20
или						
Лук репчатый	25	21	30	25	30	25
Шпик	20	19	34	33	34	33
Масса пассерованного со шпиком лука	—	25	—	40	—	40
или						
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Масло сливочное или маргарин столовый	15	15	15	15	10	10
Выход: с луком и жиром	—	175	—	225	—	270
с луком и шпиком	—	175	—	240	—	290
с яйцом и жиром	—	205	—	235	—	270

Шпик нарезают мелкими кубиками и жарят до тех пор, пока из него не вытопится примерно половина жира. Затем кладут лук, нарезанный кубиками, и пассеруют.

При отпуске горячую кашу смешивают с пассерованным на жире или шпике луком или заправленную маслом кашу посыпают рублеными яйцами.

407. Каша рассыпчатая с грибами и луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса каши		150	-	200	--	250
Грибы белые сушеные	10	10	12,5	12,5	15	15
Масса вареных грибов		20		25		30
Лук репчатый	30	25	30	25	30	25
Кулинарный жир	15	15	15	15	10	10
Масса пассерованного с жиром лука		25	-	25	-	20
Выход		195	- -	250		300

Грибы моют и варят (рец. № 181), затем мелко рубят. Процеженный грибной отвар, грибы, соль кладут в кипящую воду перед засыпкой в нее крупы и варят кашу, как указано на с. 180 - 181. Лук мелко режут и пассеруют.

В готовую кашу перед отпуском кладут пассерованный лук и заправляют оставшимся жиром.

408. Каша рассыпчатая с мозгами или печенью

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса каши		150		200	-	250
Мозги	64	51/38[1]	64	51/38[1]	64	51/38[1]
или печень говяжья	61	51	61	51	61	51
Лук репчатый	30	25	30	25	30	25
Маргарин столовый	15	15	15	15	15	15
Масса жареных мозгов или печени		35		35		35
Масса пассерованного с жиром лука	-	15		15	-	15
Выход	-	200	-	250	-	300

[1] В числителе указана масса нетто, в знаменателе масса вареных мозгов.

Очищенные от пленок сырые мозги (говяжьи, телячьи, свиные или бараньи) отваривают (рец. № 575), нарезают ломтиками или кусочками и жарят с жиром. Затем их измельчают, добавляют мелко нарезанный пассерованный лук и смешивают с готовой кашей. Кашу с печенью приготавливают так же, как и с мозгами; нарезанную мелкими кусочками печень предварительно жарят. Кроме говяжьей печени, можно использовать свиную, баранью, соответственно изменив нормы закладки.

409. Хлопья или зерна кукурузные, или пшеничные и другие с молоком

	БРУТТО	НЕТТО
Хлопья кукурузные, или пшеничные, или воздушные зерна кукурузы, пшеницы, риса	25	25

	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	300	285[1]
Выход	—	310

[1] Масса кипяченого молока.

При отпуске кипяченое молоко наливают в тарелку, а хлопья подают отдельно.

410. Каша рассыпчатая из концентрата

Гречневая, или пшенная, или ячневая, или перловая, или рисовая каша (концентрат)	100	100
Вода	200	200
Масса каши	—	270
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10
или сахар	10	10
Выход	—	280

Брикеты концентрата каши разминают до исчезновения комков, заливают холодной водой и доводят до кипения, после чего варят при слабом кипении в плотно закрытой посуде до тех пор, пока крупа не набухнет полностью.

Кашу отпускают с жиром или посыпают сахаром. Рассыпчатые каши из концентрата можно отпускать с грибами и луком, с мозгами или печенью с учетом норм закладок дополнительных продуктов, предусмотренных в соответствующих рецептурах.

ВЯЗКИЕ КАШИ

Вязкие каши готовят на воде, молоке и молоке с добавлением воды.

В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными.

Вязкая каша представляет собой густую массу. При температуре 60–70 °С она держится на тарелке горкой, не расплываясь. Из 1 кг крупы получается от 4 до 5 кг готовой каши.

При варке необходимо учитывать, что различные виды круп неодинаково быстро набухают и развариваются. Например, рисовая, перловая, овсяная, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20–30 мин в кипящей воде (пшено – не более 10 мин), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Значительно лучше и быстрее развариваются хлопья овсяные «Геркулес», манная и дробленые крупы: овсяная, рисовая, ячневая и пшеничная (№ 4, 5, 7, «Артек»).

Ячневую крупу или хлопья овсяные «Геркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности.

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90–95 °С почти полностью набухает и быстро разваривается. Поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

Гречневую крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко с водой или воду), добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности.

Молочные вязкие каши отпускают в горячем виде с растопленным жиром или посыпают сахаром. Масло сливочное можно положить кусочком.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

411. Каша вязкая

Масса каши	—	200	—	200	-	300
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	15	15	10	10
или сахар	15	15	15	15	20	20
Выход: с жиром		215	-	215		310
с сахаром		215		215	-	320

412. Каша вязкая с тыквой

Крупа пшено или пшеничная	--	--	44	44	65	65
или рисовая	--	-	42	42	63	63
Тыква		-	100	70	150	105
Молоко	--	--	100	100	75	75
Вода	-	-	—	—	75	75
Сахар		—	3	3	5	5
Масса каши		--	--	200	-	300
Маргарин столовый или масло сливочное			15	15	10	10
Выход			—	215	-	310

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена и семенную мякоть, нарезают мелкими кубиками, закладывают в кипящее молоко или воду с молоком, добавляют соль, сахар и нагревают до кипения. Затем засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.

Можно приготовить кашу с тыквой и другим способом (рец. № 340).

При подаче горячую кашу с тыквой поливают жиром или кладут кусочек масла.

413. Каша вязкая с черносливом

Крупа пшеничная или пшено	40	40	50	50	70	70
Вода (на кашу пшеничную или пшенную)	128	128	160	160	224	224
Крупа рисовая или хлопья овсяные «Геркулес»	36	36	45	45	62	62
Вода (на кашу рисовую или из хлопьев овсяных «Геркулес»)	133	133	167	167	229	229
Сахар	4	4	5	5	6	6
Чернослив	30	45[1]	40	60[1]	50	75[1]
Масса каши	—	200	—	250	—	350
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	10	10
Выход		215	-	260	-	360

[1] Масса вареного набухшего чернослива

Чернослив отваривают в воде и дают ему после варки полностью набухнуть. После этого отвар сливают, добавляют в него необходимое количество воды и варят кашу. При отпуске на кашу кладут чернослив (с косточкой) и поливают жиром.

414. Каша вязкая с морковью

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Крупа овсяная, или пшеничная, или пшено	—	—	44	44	55	55
Морковь			45	36	56	45
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	6	6	8	8
Вода	—	—	70	70	85	85
Молоко	—	—	70	70	85	85
Сахар	—	—	10	10	10	10
Масса каши	—	—	—	200	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное			15	15	10	10
Выход	—	—	—	215		260

Очищенную сырую морковь мелко режут, пассеруют с жиром, кладут в кипящую воду с молоком, добавляют соль, сахар, засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности. Кашу отпускают с жиром.

415. Каша из концентрата вязкая

	БРУТТО	НЕТТО
Гречневая, или пшенная, или ячневая, или рисовая, или перловая каша (концентрат)	100	100
Вода	280	280
Масса каши		350
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10
или сахар	10	10
Выход	—	360

Брикеты концентрата каши разминают до исчезновения комков, заливают холодной водой и доводят до кипения при помешивании, после чего варят при слабом нагреве в плотно закрытой посуде до тех пор, пока крупа не набухнет полностью. Кашу отпускают с жиром или посыпают сахаром.

416. Клецки манные с сыром или со сметаной

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Крупа манная	75	75	80	80	—	—
Молоко	100	100		—	—	—
Вода	50	50	150	150	—	—
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	—	—
Маргарин столовый	5	5	5	5	—	—
Масса вареных клецек	—	250	—	250	—	—
Масло сливочное	15	15	—	—	—	—
Сыр	15	14			—	—
Сметана	—	—	25	25	—	—
Выход: с маслом и сыром	—	279	—	—	—	—
со сметаной	—		—	275	—	—

Густую вязкую кашу варят на смеси молока и воды или на воде (из 1 кг крупы получается 3 кг каши). Остывшую до 70–75 °С кашу перемешивают с сырыми яйцами и растопленным жиром. Полученную массу с помощью двух ложек или кондитерского мешка разделывают на клецки (по 10–15 г) и варят при слабом кипении в подсоленной воде в течение 5–6 мин. Затем их откидывают. Подают в горячем виде с маслом и тертым сыром или со сметаной. Сыр можно подать отдельно.

ЖИДКИЕ КАШИ

Жидкие каши готовят из всех видов круп, кроме гречневой, ячневой и саго, на молоке по I колонке, на смеси молока и воды (60% молока и 40% воды) по II колонке и на воде по III колонке. Жидкими считаются каши, выход которых составляет 5–6,5 кг из 1 кг крупы. Готовят жидкие каши так же, как вязкие (с. 183), но с бóльшим количеством жидкости. Отпускают каши в горячем виде с растопленным жиром или с сахаром в количествах, указанных в рецептуре, а также с вареньем, джемом, повидлом, медом (25–30 г на порцию), с корицей, которой посыпают кашу при отпуске (0,5 г на порцию).

417. Каша жидкая

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса каши	—	200	—	300	—	300
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	15	15	10	10
или сахар	15	15	20	20	25	25
Выход: с жиром	—	210	—	315	—	310
с сахаром	—	215	—	320	—	325

ИЗДЕЛИЯ ИЗ КАШ

КРУПЕНИКИ, ЗАПЕКАНКИ И ПУДИНГИ

Запеканки готовят из различных круп сладкими, с творогом, тыквой, плодами, изюмом, цукатами. Для запеканок варят вязкую или рассыпчатую кашу, в которую добавляют жир, яйца, сахар. В кашу для сладких запеканок кладут ванилин. Вместо яиц можно использовать разведенный яичный порошок (с. 202). Пудинги, как правило, готовят в формах. Отпускают запеканки и пудинги в горячем виде с маслом, сметаной, с молочным или сладким соусом. Запеканка из гречневой или пшеничной (полтавской) крупы с творогом называется крупеником.

418. Крупеник

Крупа гречневая	48	48	74	74	80	80
Молоко	50	50	50	50	—	—
Вода	30	30	70	70	130	130
или						
Крупа пшеничная	40	40	62	62	67	67
Молоко	50	50	50	50	—	—
Вода	40	40	80	80	143	143
Масса каши	—	120	—	185	—	200
Творог	81	80	86	85	76	75
Сахар	10	10	10	10	10	10
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	1/8 шт.	5
Сухари пшеничные	4	4	5	5	5	5
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	240	—	300	—	300
Масса готового крупеника	—	200	—	250	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	10	10	10	10
или сметана	30	30	30	30	30	30
Выход: с маслом	—	210	—	260	—	260
со сметаной	—	230	—	280	—	280

Готовую рассыпчатую кашу (гречневая – с приваром 150% и пшеничная – с приваром 200%) охлаждают до 60–70°С, добавляют протертый творог, сахар, маргарин, сырые яйца и перемешивают.

Приготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают. Подают с жиром или сметаной.

419. Запеканка рисовая, манная, пшенная, пшеничная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая или манная			45	45	57	57
Вода			65	65	210	210
Молоко			100	100	-	
или						
Крупа пшено или пшеничная			50	50	66	66
Вода			60	60	210	210
Молоко			100	100		—
Сахар			10	10	10	10
Яйца			1/4 шт.	10	1/5 шт	8
Изюм			10,5	10	-	—
Маргарин столовый			3	3	5	5
Сухари пшеничные			4	4	5	5
Сметана			3	3	5	5
Масса полуфабриката			-	225	-	280
Масса готовой запеканки			—	200	—	250
Сметана			30	30	30	30
или						
Маргарин столовый или масло сливочное			10	10	10	10
или соус №№ 903, 906			—	50	-	75
Выход: со сметаной			—	230	—	280
с жиром			—	210	—	260
с соусом			—	250	—	325

Готовую вязкую кашу (с. 183) охлаждают до 60–70°С, добавляют в нее сырые яйца, подготовленный изюм, маргарин и перемешивают. Приготовленную массу выкладывают на смазанный маргарином и посыпанный сухарями противень, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают. Подают запеканку со сметаной, жиром, с соусом абрикосовым или клюквенным.

420. Запеканка рисовая с творогом

	I		II		III	
Крупа рисовая			48	48	75	75
Вода			100	100	155	155
Изюм			20,5	20	—	—
Творог			40,5	40	40,5	40
Яйца			1/4 шт.	10	1/4 шт.	10
Сахар			15	15	15	15
Ванилин			0,01	0,01	0,01	0,01
Маргарин столовый			5	5	5	5
Сухари пшеничные			5	5	5	5
Сметана			5	5	5	5
Масса полуфабриката				225	—	280
Масса готовой запеканки			—	200		250

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	10	10	10	10
или сметана	—	—	30	30	30	30
или соус №№ 906, 907, 908	—	—	—	75	—	75
Выход: с жиром	—	—	—	210	—	260
со сметаной	—	—	—	230	—	280
с соусом	—	—	—	275	—	325

В готовую рассыпчатую кашу (с. 180–181), приготовленную с изюмом или без изюма и охлажденную до 60–70°С, добавляют протертый творог, взбитые с сахаром яйца, ванилин, растворенный в небольшом количестве воды, жир и перемешивают. Подготовленную массу раскладывают на смазанный растопленным жиром и посыпанный сухарями противень, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают 10 мин. Подают запеканку с жиром, или сметаной, или с соусом клюквенным, или яблочным, или из ягодного экстракта.

421. Запеканка рисовая, пшенная, пшеничная с тыквой

Крупа рисовая	—	—	60	60	60	60
Молоко	—	—	75	75	—	—
Вода	—	—	65	65	140	140
или						
Крупа пшено или пшеничная	—	—	68	68	68	68
Молоко	—	—	75	75	—	—
Вода	—	—	60	60	135	135
Тыква	—	—	100	70	100	70
Сахар	—	—	10	10	10	10
Яйца	—	—	1/5 шт.	8	1/5 шт.	8
Маргарин столовый	—	—	4	4	4	4
Сухари пшеничные	—	—	4	4	4	4
Сметана	—	—	4	4	4	4
Масса полуфабриката	—	—	—	280	—	280
Масса готовой запеканки	—	—	—	250	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	10	10	10	10
или сметана	—	—	30	30	30	30
Выход: с маслом	—	—	—	260	—	260
со сметаной	—	—	—	280	—	280

Готовую вязкую кашу, сваренную с тыквой (рец. № 412), охлаждают до 60–70°С, кладут в нее яйца, взбитые с сахаром, жир и перемешивают. Далее готовят, как запеканку (рец. № 419). Отпускают с жиром или сметаной.

422. Запеканка со свежими плодами

Крупа манная или рисовая	—	—	50	50	54	54
или пшено	—	—	56	56	60	60
Молоко	—	—	100	100	50	50
Вода (на кашу манную или рисовую)	—	—	85	85	150	150
Вода (на кашу пшенную)	—	—	80	80	140	140
Сахар	—	—	10	10	10	10
Масло сливочное	—	—	5	5	5	5
Сухари пшеничные	—	—	4	4	4	4
Яблоки	—	—	57	40	43	30
или груши	—	—	55	40	41	30
или абрикосы	—	—	47	40	35	30
или слива	—	—	44	40	33	30
Сметана	—	—	3	3	4	4
Яйца	—	—	1/5 шт.	8	1/10 шт.	4

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса полуфабриката	—		-	280		280
Масса готовой запеканки	- -			250	-	250
Соус №№ 903, 906	--	-	-	75	--	75
Выход	—	--		325	--	325

На смазанный маслом и посыпанный сухарями противень кладут ровным слоем приготовленную вязкую кашу (половину от всей массы), затем плоды, нарезанные мелкими кубиками, яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, сливы и абрикосы без косточек. Плоды покрывают слоем оставшейся каши, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают. Подают с соусом абрикосовым или клюквенным.

423. Пудинг с консервированными плодами

Крупа манная или рисовая	50	50	55	55	60	60
Молоко	100	100	50	50	--	
Вода	85	85	155	155	220	220
Сахар	10	10	10	10	10	10
Масса каши		225		245		270
Сахар	10	10	10	10	10	10
Масло сливочное	10	10	5	5	2	2
Ванилин	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
Яйца	1/4 шт.	10	1/8 шт.	5		
Миндаль[1]	17	10			-	
или арахис	13	10			-	-
Масса жареных орехов	-	9				
Масса полуфабриката		260		260	...	280
Масса готового пудинга	-	235		235		250
Плоды консервированные (без сиропа)[2]	45	45	30	30	30	30
Соус № 903	-	50		50	--	50
Выход	--	330	—	315	-	330

[1] Норма закладки предусмотрена на миндаль и арахис в твердой скорлупе.

[2] Сироп от консервированных плодов следует использовать для приготовления сиропов и желе из консервированных плодов.

В готовую вязкую кашу (с. 183), охлажденную до 60—70°С, добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, масло, часть измельченных поджаренных орехов и ванилин, перемешивают, вводят в массу взбитые в густую пену яичные белки, раскладывают ее на порционные сковороды, противни или в формы, смазанные жиром, посыпают сахаром и запекают. Перед подачей на пудинг кладут дольки яблок, персиков, абрикосов, поливают абрикосовым соусом, посыпают измельченными орехами (по I колонке).

424. Пудинг рисовый, манный, пшенный

Крупа рисовая или манная	45	45	48	48	51	51
или пшено	52	52	55	55	58	58
Молоко	100	100	75	75	50	50
Вода (на кашу рисовую или манную)	50	50	80	80	115	115
Вода (на кашу пшенную)	40	40	75	75	110	110
Сахар	15	15	15	15	15	15
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10
Изюм	10,5	10	10,5	10	-	
Цукаты	10	10		—	--	—
Сухари	5	5	5	5	5	5

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сметана	5	5	5	5	5	5
Ванилин	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
Масса полуфабриката	—	240	—	240	—	240
Масса готового пудинга	—	200	—	200	—	200
Соус №№ 903, 906	—	50	—	50	—	50
или варенье	30	30	30	30	30	30
Выход: с соусом	—	250	—	250	—	250
с вареньем	—	230	—	230	—	230

В готовую вязкую кашу (с. 183), охлажденную до 60–70°С, добавляют нарезанные маленькими кусочками цукаты, растертые с сахаром яичные желтки, изюм, ванилин, масло, перемешивают, вводят в массу взбитые в густую пену яичные белки. После этого массу раскладывают ровным слоем на порционные сковороды или противень, смазанные маслом и посыпанные сухарями, поверхность покрывают смесью яйца со сметаной и запекают. При отпуске поливают соусом абрикосовым или клюквенным или отпускают с вареньем.

КОТЛЕТЫ И БИТОЧКИ

Котлеты и биточки готовят из пшена, рисовой, манной, пшеничной и других круп. Для этого варят густую вязкую кашу на смеси воды с молоком или на воде.

Для биточков и котлет, отпускаемых со сладким соусом, в большинстве случаев кашу варят с сахаром; для ароматизации в готовую кашу можно добавить ванилин (из расчета 0,01 г на порцию готовых биточков). Если каша предназначена для изделий, отпускаемых с грибным соусом, то ванилин и сахар в нее не кладут.

Отпускают котлеты и биточки преимущественно в горячем виде со сладким, молочным или грибным соусами. Со сметаной, вареньем, джемом и повидлом эти изделия могут быть поданы в горячем и холодном виде.

425. Биточки или котлеты пшенные, пшеничные, перловые, ячневые

Крупа пшено, или пшеничная, или перловая, или ячневая	—	—	62	62	80	80
Молоко	—	—	50	50	—	—
Вода	—	—	125	125	225	225
Сахар	—	—	8	8	10	10
Яйца	—	—	1/5 шт.	8	—	—
Сухари пшеничные	—	—	8	8	10	10
Масса полуфабриката	—	—	—	227	—	285
Кулинарный жир	—	—	8	8	10	10
Масса готовых биточков или котлет	—	—	—	200	—	250
Сметана	—	—	30	30	30	30
или соус №№ 903, 906	—	—	—	75	—	75
Выход: со сметаной	—	—	—	230	—	280
с соусом	—	—	—	275	—	325

Варят густую вязкую кашу (с. 183) с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши, охлаждают до 60–70°С, добавляют сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу порционируют, придавая изделиям круглую (биточки) или овальную форму с одним заостренным концом (котлеты), панируют в сухарях и жарят на жире 10 мин.

При подаче поливают сметаной или абрикосовым, или клюквенным соусом. Можно подать с грибным соусом (рец. № 868).

426. Биточки или котлеты манные, рисовые

Крупа манная или рисовая	—	—	53	53	70	70
Молоко	—	—	50	50	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Вода		--	100	100	210	210
Яйца	-		1/5 шт.	8		- -
Сахар			8	8	10	10
Сухари пшеничные			8	8	10	10
Масса полуфабриката				222		275
Кулинарный жир	-		8	8	10	10
Масса жареных изделий	-		-	200		250
Сметана	-	-	30	30	30	30
или соус №№ 903, 906			-	75		75
или варенье, или джем, или повидло			30	30	30	30
Выход: со сметаной	- -			230		280
с соусом				275		325
с вареньем, или джемом, или повидлом	-	-		230	-	280

Варят густую вязкую кашу (с. 183) с выходом из 1 кг крупы 4 кг каши. Готовят биточки и котлеты, как описано в рец. № 425. Отпускают со сметаной, или соусом абрикосовым, или клюквенным, или вареньем, или джемом, или повидлом.

427. Котлеты или биточки перловые с творогом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа перловая	—	--	45	45	60	60
Вода	--	-	125	125	165	165
Творог	-	--	30,5	30	40,5	40
Яйца	-	- -	1/5 шт.	8	—	--
Сахар	-	-	8	8	10	10
Сухари пшеничные			8	8	10	10
Масса полуфабриката		-	--	222	-	285
Кулинарный жир	-	-	8	8	10	10
Масса жареных изделий			- -	200		250
Сметана			30	30	30	30
или соус №№ 863, 903, 906		- -	-	75	-	75
Выход: со сметаной	-	--	—	230	-	280
с соусом	--	-	--	275		325

Варят густую вязкую кашу с выходом из 1 кг крупы 4 кг каши. Готовую кашу пропускают через протирочную машину, добавляют протертый творог, взбитые с сахаром яйца, перемешивают. Подготовленную массу разделывают на биточки или котлеты и жарят 10 мин. Подают со сметаной или соусом сметанным, или абрикосовым, или клюквенным.

428. Котлеты или биточки рисовые, пшенные с морковью

	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	58	58
Вода (на кашу рисовую)	190	190
Крупа пшено	66	66
Вода (на кашу пшенную)	175	175
Морковь	60	48
Маргарин столовый	5	5
Яйца	1/8 шт.	5
Сухари пшеничные	8	8
Масса полуфабриката	-	285
Кулинарный жир или масло растительное	10	10

	БРУТТО	НЕТТО
Масса жареных котлет	—	250
Сметана	30	30
или соус №№ 859, 863	—	75
Выход: со сметаной	—	280
с соусом		325

Сырую очищенную морковь нарезают соломкой, пассеруют с жиром и протирают. Варят густую вязкую пшенную кашу с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши, а рисовую – из 1 кг крупы 4 кг каши. Кладут в нее полученное морковное пюре, охлаждают до 60–70°С, добавляют яйца и перемешивают. Затем массу разделывают на котлеты или биточки, панируют в сухарях и жарят на жире в течение 10 мин. Подают со сметаной или молочным, или сметанным соусом.

429. Плов с изюмом (узбекское национальное блюдо)

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	100	100	80	80
Масло растительное	40	40	30	30
Лук репчатый	54	45	42	35
Морковь	100	80	81	65
Изюм	51	50	31	30
Укроп, петрушка (зелень)	11	8	7	5
Специи (барбарис)	1	1	1	1
Выход	—	380	—	310

Подготовленную рисовую крупу замачивают в течение 1,5–2 ч в подсоленной воде комнатной температуры.

Нарезанный полукольцами репчатый лук обжаривают с жиром до коричневого цвета, после чего кладут нарезанную соломкой морковь, добавляют соль (3–4 г на порцию), воду (соотношение воды и риса 1 : 1), специи. Ровным слоем по всей поверхности котла закладывают подготовленный рис и варят в открытой посуде до полного выкипания жидкости. За 10–15 мин до готовности риса сверху закладывают перебранный и промытый изюм, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 30–40 мин.

БЛЮДА ИЗ БОБОВЫХ

Фасоль, горох, чину, нут и чечевицу перед приготовлением блюд тщательно перебирают, удаляя сорные примеси, и промывают в холодной воде. Отходы при переборке составляют 1%.

Бобовые (кроме гороха лущеного) развариваются медленно, поэтому перед варкой их замачивают в холодной воде в течение 5–8 ч. Предварительное замачивание бобовых дает возможность не только сократить срок их тепловой обработки, но и сохранить во время варки зерна в целом (неразваренном) виде.

Для замачивания на одну часть сухого зерна берут две части воды, температура которой должна быть не выше 15°С.

Перед варкой бобовые заливают холодной водой (2,5 л воды на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность варки колеблется в следующих пределах: чечевицы – 45–60 мин, гороха – 60–90 мин, фасоли – 1–2 ч.

Во время варки не следует добавлять холодную воду, так как это ухудшает развариваемость бобовых и, кроме того, от холодной воды зерна теряют свою форму.

Хорошо сваренные зерна имеют однородную мягкую консистенцию. У сваренной фасоли, чечевицы большая часть зерен должна сохранить свою форму.

Для улучшения вкуса бобовых иногда при варке добавляют ароматические коренья и овощи (перец, петрушку, морковь, сельдерей и лук), нарезанные мелкими кубиками, а также зелень петрушки и сельдерея (3 г нетто на порцию).

После того как бобовые станут мягкими, варку прекращают, добавляют соль (3–4 г на порцию отварных бобовых) и оставляют их на 15–20 мин в отваре, который затем сливают, после чего посыпают молотым черным перцем (0,01 г на порцию).

Из 1 кг сухих бобовых получается 2,1 кг вареных.

При отпуске бобовые посыпают зеленью петрушки или укропа, которая включается в рецептуру из расчета 2–3 г нетто на порцию.

430. Бобовые отварные

	БРУТТО	НЕТТО
Фасоль, или горох, или чечевица, или чина, или нут	485	480
Выход	–	1000

Отварные бобовые используют для приготовления блюд и гарниров.

431. Бобовые с жиром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных бобовых	—	150	—	200	–	250
Маргарин столовый	15	15	15	15	20	20
Выход	—	165	—	215	—	270

Отварные горячие бобовые заправляют жиром (1/3 часть). При отпуске их поливают оставшимся жиром.

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО

432. Бобовые с жиром и луком

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Масса отварных бобовых	—	150	—	200	—	200
Лук репчатый	25	21	30	25	40	34
Жир-сырец свиной	15	15	20	20	—	—
или шпик	—	—	—	—	30	29
Масса пассерованного с жиром лука	—	25	—	30	—	—
Масса пассерованного со шпиком лука	—	—	—	—	—	40
Выход: с жиром и луком	—	175	—	230	—	—
со шпиком и луком	—	—	—	—	—	240

Шпик нарезают мелкими кубиками и обжаривают. Мелко нарезанный репчатый лук пассеруют на вытопившемся от шпика жире или просто на жире и смешивают с горячими отварными бобовыми (рец. № 430).

433. Бобовые с копченой грудинкой или корейкой

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Масса отварных бобовых	—	—	—	150	—	200
Грудинка копченая	—	—	27	20[1]	27	20[1]
или корейка копченая	—	—	26	20[1]	26	20[1]
Лук репчатый	—	—	36	30	36	30
Жир-сырец свиной	—	—	15	15	15	15
Масса пассерованного с жиром лука	—	—	—	25	—	25
Соус №№ 824, 848	—	—	—	30	—	40
Чеснок	—	—	0,5	0,4	0,5	0,4
Выход	—	—	-	225	—	285

[1]Масса вареной грудинки, корейки без шкуры и костей.

Вареную копченую нарезанную мелкими кубиками грудинку или корейку, нашинкованный пассерованный лук кипятят в красном или томатном соусе 10 мин, смешивают с отварными бобовыми, добавляют растертый с солью чеснок и, помешивая, нагревают до кипения.

434. Бобовые в соусе

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Масса отварных бобовых	—	—	—	155	—	210
Соус №№ 824, 848, 859, 863	—	—	—	60	—	80
Маргарин столовый	—	—	10	10	10	10
Выход	—	—	--	225	—	300

Отварные бобовые (рец. № 430) заправляют жиром и соусом красным, или томатным, или молочным, или сметанным и, помешивая, нагревают до кипения. В соус красный и томатный можно добавить чеснок (0,5 г нетто на 1 л соуса), растертый с солью.

435. Бобовые в соусе со шпиком

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Масса отварных бобовых	—	—	—	155	—	210
Соус №№ 824, 848	—	—	—	60	—	80

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Шпик	—	—	30	29	30	29
Масса поджаренного шпика	—	—	—	25	—	25
Выход	—	—	—	240	—	315

Отварные бобовые (рец. № 430) заправляют красным или томатным соусом.

При отпуске в них добавляют нарезанный мелкими кубиками поджаренный шпик.

436. Бобовые с тушеной капустой

Масса отварных бобовых	—	—	—	150	—	150
Капуста тушеная № 773	—	—	—	150	—	150
Соус № 824	—	—	—	25	—	25
Маргарин столовый	—	—	5	5	—	—
Сухари	—	—	3	3	—	—
Сыр	—	—	5,4	5	—	—
Выход	—	—	—	300	—	320

Отварные бобовые (рец. № 430) заправляют красным соусом, кладут на порционную сковороду или противень, смазанные жиром, сверху слой тушеной капусты, посыпают тертым сыром, сухарями и запекают. По III колонке отварные бобовые смешивают с тушеной капустой и красным соусом, доводят до кипения.

437. Пюре из бобовых

	БРУТТО	НЕТТО
Фасоль, или горох, или чечевица, или чина, или нут	505	500
Выход	—	1000

Бобовые варят (с. 193), сливают отвар и протирают. В полученную массу пюре добавляют соль.

438. Пюре из бобовых с жиром, с грудинкой, с корейкой, со шпиком и луком, с жиром и луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса пюре из бобовых	—	—	—	150	—	200
Маргарин столовый	—	—	15	15	15	15
или грудинка копченая	—	—	27	20[1]	40	30[1]
или корейка копченая	—	—	26	20[1]	39	30[1]
или шпик	—	—	20	19	30	29
лук репчатый	—	—	30	25	40	34
Масса пассерованного со шпиком лука	—	—	—	30	—	40
или маргарин столовый	—	—	15	15	15	15
лук репчатый	—	—	36	30	48	40
Масса пассерованного с жиром лука	—	—	—	25	—	30
Выход: с жиром	—	—	—	165	—	215
с грудинкой	—	—	—	170	—	230

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
с корейкой	—	—	—	170	—	230
со шпиком и луком	—	—	—	180	—	240
с жиром и луком	—	—	—	175	—	230

[1]Масса вареной грудинки, корейки без шкуры и костей

При отпуске приготовленное пюре (рец. № 437) поливают жиром, или добавляют в него нарезанные мелкими кубиками вареную грудинку или корейку, или заправляют пассерованным на жире или шпике нарезанным мелкими кубиками репчатым луком.

439. Пюре из бобовых и картофеля

	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных бобовых	—	180
Картофель	100	75
Масса отварного картофеля	—	73
Молоко	49	47[1]
Маргарин столовый	15	15
Выход	—	310

[1]Масса кипяченого молока

Бобовые после варки смешивают с горячим вареным картофелем и протирают. В полученную массу вводят горячее кипяченое молоко, солят, добавляют жир (5 г) и перемешивают. При отпуске поливают жиром.

440. Запеканка из бобовых и картофеля

	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных бобовых	—	100
Картофель	149	112
Масса отварного картофеля	—	109
Лук репчатый	25	21
Маргарин столовый	10	10
Масса пассерованного лука	—	11
Яйца	1/4 шт.	10
Сметана	5	5
Сухари	5	5
Масса полуфабриката	—	244
Масса готовой запеканки	—	225
Соус № 824	—	75
или сметана	30	30
Выход: с соусом	—	300
со сметаной	—	255

Отварные бобовые, вареный картофель и пассерованный лук в горячем виде смешивают и протирают. Массу заправляют солью, добавляют сырые яйца, перемешивают, кладут на подготовленный противень, поверхность смазывают сметаной, посыпают панировочными сухарями и запекают 10 мин. При отпуске поливают красным соусом или сметаной.

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

441. Фасоль с яйцом (грузинское национальное блюдо)

Фасоль стручковая	303	273	240	216
или фасоль стручковая консервированная	435	261	343	206
Масло сливочное	15	15	13	13
Масса припущенной фасоли	—	240	—	190
Лук репчатый	43	36	33	28
Масло сливочное	5	5	3	3
Масса пассерованного лука	—	18	—	14
Яйца	2 шт.	80	$1^1/_2$ шт.	60
Петрушка (зелень) или кинза	11	8	8	6
Специи (перец черный)	0,1	0,1	0,1	0,1
Выход	—	320	—	250

Фасоль зеленую стручковую свежую отваривают и отжимают или фасоль стручковую консервированную отделяют от жидкости и припускают с маслом сливочным, пассерованным луком, солью и перцем до готовности. Затем выкладывают на порционную сковороду, заливают взбитыми яйцами с зеленью и запекают.

Отпускают в той же посуде, в которой блюдо запекалось.

БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20–30 мин, лапшу – 20–25 мин, вермишель – 10–12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным жиром (1/3 – 1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью жира или сметаной макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2,2 – 3,0 л воды, 30 г соли).

Количество жира и сметаны можно изменить: жира – 10 или 20 г, сметаны – 20 или 40 г на порцию, при этом соответственно изменяется выход блюда.

442. Макаронные изделия отварные

	БРУТТО	НЕТТО
Макаронные изделия	350	350
Выход	—	1000

443. Макароны отварные с жиром или сметаной

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных макарон или лапши	—	150	—	200	—	250
Маргарин столовый	15	15	15	15	15	15
или масло сливочное	5	5	5	5	5	5
и сметана	30	30	30	30	30	30
Выход: с жиром	—	165	—	215	—	265
с жиром и сметаной	—	185	—	235	—	285

Макароны или лапшу отваривают. При отпуске поливают растопленным жиром или жиром и сметаной.

444. Макароны с сыром, брынзой или творогом

Масса отварных макарон	—	150	—	200	—	250
Сыр	22	20	22	20	27	25
или брынза	31	30	42	40	52	50

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или творог	51	50	76	75	76	75
Маргарин столовый	10	10	10	10	15	15
Выход: с сыром	—	180	—	230	—	290
с брынзой	—	190	—	250	—	315
с творогом	—	210	—	285		340

Отварные макароны, заправленные жиром, посыпают тертым сыром или брынзой непосредственно перед подачей. Сыр и брынзу можно подать отдельно.

Творог протирают и смешивают с макаронами непосредственно перед подачей.

445. Макароны с томатом

Масса отварных макарон	—	150	—	200	—	250
Томатное пюре	25	25	30	30	40	40
Маргарин столовый	15	15	15	15	20	20
Петрушка (зелень)	4	3	4	3	4	3
Выход	—	180	—	235	—	300

Макароны отваривают и заправляют жиром (5 г). В томатное пюре добавляют жир, соль, перец молотый и, помешивая, пассеруют в течение 5 мин, после чего смешивают с отварными макаронами. При отпуске макароны посыпают зеленью.

446. Макароны отварные с овощами

Масса отварных макарон	—	—	—	200	—	250
Морковь	—	—	25	20	25	20
Петрушка (корень)	—	—	9	7	—	—
Лук репчатый	—	—	19	16	25	21
Горошек зеленый консервированный	—	—	—	—	31	20
Томатное пюре	—	—	15	15	20	20
Маргарин столовый	—	—	20	20	10	10
Масса готовых овощей	—	—	—	50	—	70
Выход	—	—	—	250	—	320

Овощи нарезают соломкой и пассеруют, добавляют томатное пюре и продолжают пассерование 5–7 мин. Зеленый горошек прогревают. Макароны отваривают, добавляют к ним подготовленные овощи с томатным пюре и перемешивают.

447. Макароны отварные с грибами

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных макарон	—	150	—	200
Грибы белые сушеные	10	10	10	10
Лук репчатый	60	50/25[1]	60	50/25[1]
Маргарин столовый	15	15	15	15
Масса жареных грибов с луком	—	50	—	50
Выход	—	200	—	250

[1]В числителе указана масса нетто, в знаменателе – масса пассерованного лука.

Нарезанный лук пассеруют, добавляют к нему мелко нарезанные соломкой вареные грибы и жарят 5–6 мин. Затем грибы с луком смешивают с отварными макаронами.

448. Макароны с ветчиной и с томатом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных макарон	—	200	—	200	—	250
Ветчина вареная (окорок)[1]	49	37	38	29	38	29
Лук репчатый	19	16	19	16	19	16
Томатное пюре	15	15	15	15	15	15
Грибы белые свежие	75	57	—	—	—	—
или шампиньоны консервированные	49	37	—	—	—	—
Маргарин столовый	15	15	10	10	10	10
Масса жареных ветчины, лука и грибов	—	100	—	50	—	50
Петрушка (зелень)	4	3	4	3	4	3
Выход	—	300	—	250	—	300

[1]Для расчета дан окорок вареный со шкурой.

Нарезанные грибы, лук, ветчину поджаривают на жире, затем добавляют пассерованное томатное пюре и смешивают с отварными макаронами. При отпуске посыпают зеленью.

449. Макароны, запеченные с яйцом

Масса отварных макарон	—	—	—	150	—	200
Яйца	—	—	1 шт.	40	1 шт.	40
Молоко	—	—	50	50	50	50
Маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	245	—	295
Масса запеченных макарон	—	—	—	225	—	270
Маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Выход	—	—	—	230	—	275

Сырые яйца смешивают с холодным молоком и солят. Этой смесью заливают вареные, заправленные жиром макароны (рец. № 443), кладут на сковороду или противень, смазанные жиром, и запекают 10 мин. При отпуске поливают жиром.

450. Макароны, запеченные с сыром

Масса отварных макарон	—	—	—	200	—	250
Сыр	—	—	21	19	21	19
Маргарин столовый	—	—	10	10	10	10
Масса полуфабриката	—	—	—	228	—	278
Масса запеченных макарон	—	—	—	205	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	5	5	5	5
Выход	—	—	—	210	—	255

Отварные макароны, заправленные жиром (рец. № 443), кладут на порционную сковороду, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают до образования на поверхности макарон поджаристой корочки. При отпуске поливают жиром.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

451. Макаронник

Макароны	—	—	75	75	80	80
Вода	—	—	150	150	230	230
Молоко	—	—	100	100	—	—
Яйца	—	—	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Сахар	—	—	10	10	10	10
Маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Сухари	—	—	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	300	—	300
Масса готового макаронника	—	—	—	250	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	10	10	10	10
Выход	—	—	—	260	—	260

Макароны варят в смеси молока и воды или в воде, не откидывая. В охлажденные до 60–70°С макароны добавляют яйца, взбитые с сахаром, и перемешивают. Массу выкладывают на смазанный жиром противень, посыпают сухарями и запекают. При отпуске макаронник поливают жиром.

452. Лапшевник с творогом

Лапша, или вермишель, или макароны	—	—	72	72	75	75
Вода	—	—	160	160	165	165
Творог	—	—	101	100	101	100
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	—	—
Сахар	—	—	10	10	10	10
Маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Сметана	—	—	5	5	5	5
Сухари	—	—	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	350	—	350
Масса готового лапшевника	—	—	—	300	—	300
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	10	10	10	10
или сметана	—	—	30	30	30	30
Выход: с жиром	—	—	—	310	—	310
со сметаной	—	—	—	330	—	330

Лапшу, или макароны, или вермишель варят, не откидывая.

Протертый творог смешивают с сырыми яйцами, солью и сахаром. Смесь соединяют с отварными макаронными изделиями, выкладывают на противень, смазанный жиром и посыпанный сухарями. Поверхность лапшевника смазывают сметаной, сбрызгивают жиром и запекают. Отпускают лапшевник с жиром или со сметаной.

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

Для приготовления блюд из яиц используют свежие куриные яйца, меланж или яичный порошок[1]. Использование утиных, гусиных и миражных куриных яиц в соответствии с Санитарными правилами для предприятий общественного питания[2] запрещается.

Масса и качество куриных яиц должны соответствовать требованиям действующей технической документации. Свежесть яиц определяют при помощи светового овоскопа.

Перед употреблением яйца промывают сначала теплой водой с 1–2%-ным содержанием кальцинированной соды, затем 0,5%-ным раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой[2].

Рецептуры Сборника составлены из расчета использования столовых куриных яиц II категории средней массой 46 г с отходом на скорлупу, стек и потери 12,5%.

Исходя из этого, в рецептурах масса сырых и вареных яиц (без скорлупы) предусмотрена 40 г при естественном соотношении желтка и белка 39% и 61% соответственно[3].

При использовании яиц массой больше или меньше указанной выход блюда в рецептуре уменьшают или увеличивают в соответствии с фактической массой яиц, пользуясь коэффициентом пересчета, приведенным в таблице[3].

Средняя масса одного яйца, г	Отход на скорлупу, стек и потери, %	Коэффициент пересчета (К)
от 48 и выше	12,0	0,880
от 43 до 48	12,5	0,875
до 43	13,0	0,870

Так, выход готовой яичницы при использовании яиц массой брутто более или менее 46 г пересчитывается по формуле:

Масса нетто яиц без скорлупы = масса яиц в скорлупе × К;

$$\text{Масса готовой яичницы} = \frac{(\text{масса нетто яиц без скорлупы} + \text{жир на жарку}) \times 88^{4}}{100}.$$

При использовании меланжа банку, не вскрывая, размораживают на воздухе или в воде, температура которой не должна превышать 50°С. После этого банку вскрывают, размороженный меланж процеживают через дуршлаг или решето и немедленно используют.

Если для приготовления блюд требуется небольшое количество меланжа, то банку вскрывают, не размораживая, и после взятия необходимого количества меланжа хранят при температуре ниже 0 °С.

Яичный порошок перед использованием просеивают через сито, всыпают в посуду, заливают холодной водой или молоком (из расчета на 1 весовую часть порошка 3,5 весовых части воды, то есть на 100 г порошка берут 0,35 л воды и 4 г соли), размешивают деревянной лопаточкой и ставят на 30–40 мин для набухания. Набухшую смесь солят и немедленно используют для приготовления блюд. Хранить разведенный яичный порошок нельзя. Яичный порошок используют только для приготовления изделий, подвергающихся тепловой обработке.

---

[1] Яичный порошок используется в соответствии с Инструкцией. утвержденной Минмясомолпромом СССР 26.05.69.

[2] Санитарные правила для предприятий общественного питания, утвержденные Минздравом СССР, Минторгом СССР и Центросоюзом 31.03.76 № 1410–76.

[3] Приказ Минмясомолпрома СССР № 18 от 31.01.75 «Об утверждении среднегодовых норм выхода яйцепродуктов».

[4] При тепловой обработке яичницы размер потерь составляет 12%.

БЛЮДА ИЗ ВАРЕНЫХ ЯИЦ

Яйца варят всмятку, «в мешочек» или вкрутую. Яйца варят в скорлупе или без нее.

При варке в скорлупе яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40–50 г соли на 10 яиц) и варят: всмятку – 3–3,5 мин с момента закипания, «в мешочек» – 4,5–5,5 мин, вкрутую – 8–10 мин. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

При варке без скорлупы в воду добавляют уксус и соль (50 г 3%-ного уксуса и 10 г соли на 1 л воды), доводят до кипения и быстро выпускают яйца одно за другим (не более 10 шт.). В этом случае яйца «в мешочек» варят 3–3,5 мин. При варке образуется белковая бахрома, которую следует зачищать. Получающиеся при этом отходы составляют 7% к массе вареного яйца.

Для варки без скорлупы следует использовать яйца диетические.

У яйца, сваренного всмятку, белок, расположенный ближе к скорлупе, должен быть наполовину затвердевшим, а желток – жидким. Очистить яйцо нельзя, так как оно не сохранит форму.

Яйца, сваренные «в мешочек», имеют полностью затвердевший белок и полужидкий желток. Очищенное от скорлупы яйцо сохраняет форму, но слегка деформируется под действием собственной массы.

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет в меру плотный белок и желток. Желток – нежный, рассыпчатый, в центре его может быть не затвердевшая капля.

Яйца, сваренные всмятку, подают только в горячем натуральном виде, «в мешочек» – используют также для приготовления горячих блюд, а сваренные вкрутую – для горячих и холодных блюд.

Яйца «в мешочек», кроме того, используют в качестве гарнира к некоторым блюдам (бульон с яйцом и др.).

453. Яйца вареные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца (в шт.)	3	3	2	2	1	1
Выход	—	3 шт.	—	2 шт.	—	1 шт.

Яйца варят всмятку, «в мешочек» или вкрутую, как описано выше.

Отпускают в скорлупе.

454. Яйца с помидорами, фаршированными ветчиной и грибами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	2 шт.	80/67[1]	—	—	—	—
Помидоры	150	110[2]	—	—	—	—
Ветчина вареная	41	40	—	—	—	—
или окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	53	40	—	—	—	—
Шампиньоны свежие или грибы белые свежие	53	40/20[3]	—	—	—	—
Маргарин столовый	5	5[4]	—	—	—	—
Масса полуфабриката	—	167	—	—	—	—
Масса запеченных фаршированных помидоров	—	150	—	—	—	—
Соус №№ 824, 848, 863	—	80	—	—	—	—
Укроп (зелень)	4	3	—	—	—	—
Выход	—	300	—	—	—	—

[1] 67 – масса яиц, сваренных «в мешочек» без скорлупы.

[2] Масса подготовленных для фарширования помидоров.

[3] 20 – масса готовых грибов.

[4] В т.ч. 1 г на смазку сковороды

У помидоров (средней величины) удаляют сердцевину*. Шампиньоны припускают до полуготовности, нарезают ломтиками и обжаривают. Грибы белые мелко рубят и обжаривают.

Подготовленные помидоры (по 2 шт. на порцию) фаршируют нарезанной ломтиками ветчиной и обжаренными грибами и запекают в жарочном шкафу 15–20 мин. При отпуске на них кладут по яйцу, сваренному «в мешочек» без скорлупы, и посыпают зеленью укропа. Соус красный основной, или томатный, или сметанный подают отдельно.

* Сердцевину рекомендуется использовать для приготовления красного или томатного соусов.

455. Яйца с ветчиной на гренках

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	2 шт.	80/67[1]	—	—	—	—
Ветчина вареная	23	22/20[2]	—	—	—	—
или окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	29	22/20[2]	—	—	—	—
Хлеб пшеничный	30	30/25[3]	—	—	—	—
Маргарин столовый	10	10	—	—	—	—
Соус №№ 835, 848	—	75	—	—	—	—
Выход	—	185	—	—	—	—

[1] 67 масса яиц, сваренных «в мешочек» без скорлупы.
[2] 20 масса обжаренной ломтиками ветчины или окорока.
[3] 25–масса поджаренного кусочками хлеба.

На кусочки поджаренного на жире хлеба кладут по ломтику обжаренной ветчины, сверху укладывают горячие яйца, сваренные «в мешочек» без скорлупы. Соус красный с эстрагоном или томатный подают отдельно.

При отпуске блюдо украшают листьями эстрагона (3 г массой нетто на порцию), увеличив соответственно выход блюда.

Вместо ветчины можно использовать вареный язык, изменив соответственно название блюда.

ЯИЧНАЯ КАШКА

Для ее приготовления яйца или меланж разводят молоком или водой, добавляют соль (10 г на 1 л массы), жир и варят при непрерывном помешивании в небольшой посуде до консистенции полужидкой каши. Готовую кашку хранят до отпуска на мармите при температуре 60°С не более 15 мин.

Отпускают яичную кашку в небольших мисочках или в глубоких чайных блюдцах в натуральном виде, с сыром, гренками или с гарниром из овощей и грибов или мясных продуктов.

456. Яичная кашка (натуральная)

Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80	2 шт.	80
или меланж	120	120	80	80	80	80
Молоко	60	60	40	40	—	—
Вода	—	—	—	—	40	40
Масло сливочное	10	10	5	5	5	5
Масса готовой кашки	—	160	—	105	—	105
Гренки № 1107	—	50	—	35	—	—
или сыр	22	20[1]	16,5	15[1]	—	—

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
или хлопья кукурузные или пшеничные	-	—	—	—	—	10
Выход: с гренками	—	210	—	140	- -	—
с сыром	—	180	—	120	-	—
с хлопьями	—		—	—	-	115

[1] Масса тертого сыра.

Яичную кашку готовят, как описано на с. 204.

При отпуске хлопья или тертый сыр кладут на середину кашки, гренки укладывают по краям.

457. Яичная кашка с овощами или грибами

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Яичная кашка № 456	—	160	—	105	—	—
Фасоль овощная (лопатка) свежая	63	57	50	45	—	—
или горошек зеленый консервированный	77	50	62	40	—	—
или капуста цветная свежая	108	56	85	44	—	—
или спаржа свежая	78	57	62	45	—	—
или кабачки свежие	96	77	78	62	—	—
или помидоры свежие	93	79	75	64	—	—
или баклажаны свежие	72	68	57	54	—	—
или грибы белые свежие	101	77	82	62	—	—
Масло сливочное	5	5	4	4	-	—
Масса готовых овощей или грибов	—	50	—	40	—	—
Выход	—	210	—	145	-	—

Нарезанную кусочками фасоль, разобранную на кочаны цветную капусту или спаржу, нарезанную брусочками, отваривают и заправляют маслом.

Горошек консервированный прогревают и заправляют маслом.

Кабачки, баклажаны, очищенные от кожицы, или грибы нарезают ломтиками, помидоры — дольками и поджаривают.

Готовят яичную кашку, как описано на с. 204. При отпуске на середину готовой кашки кладут подготовленные овощи или грибы.

458. Яичная кашка с мясными продуктами

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Яичная кашка № 456	—	160	—	105	—	—
Ветчина вареная	45	44	34	33	—	—
или окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	58	44	43	33	-	—
или колбаса вареная или сосиски	45	44	34	33	—	—
Маргарин столовый	4	4	3	3	—	—
Масса жареных мясных продуктов	—	40	—	30	—	—
Выход	—	200	—	135	—	—

Ветчину или окорок нарезают мелкими кубиками, колбасу или сосиски – тонкими ломтиками и поджаривают.

Яичную кашку готовят и отпускают, как описано на с. 204.

ЯИЧНИЦА ГЛАЗУНЬЯ

Яичницу глазунью приготовляют из одних яиц – натуральную или с добавлением каких-либо продуктов (мясных, овощных и др.), которые предварительно варят или жарят.

Яйца осторожно выпускают на порционную сковороду с растопленным жиром, не нарушая целостности желтка, солят и жарят до полного свертывания белка и загустения желтка.

При подаче рекомендуется посыпать яичницу мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа, кинзы или зеленым луком (1–3 г нетто на порцию).

Соль в рецептурах не указана: норма соли на 1 яйцо – 0,25 г.

Яичницу готовят непосредственно перед подачей.

459. Яичница глазунья (натуральная)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт.	120	3 шт.	120	2 шт.	80
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	10	10	10	10
Выход	—	114	—	114	—	79

Жарят яичницу глазунью на порционной сковороде 3–5 мин до тех пор, пока белок не свернется, а желток не станет полужидким.

Отпускают яичницу на этой же сковороде.

460. Яичница глазунья со шпиком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80	2 шт.	80
Шпик	41	39	35	34	23	22
Выход	—	140	—	100	—	90

Шпик нарезают ломтиками или кубиками, поджаривают и выпускают на него яйца. Жарят и отпускают яичницу, как указано в рец. № 459.

Шпик можно поджаривать с репчатым луком (20–30 г массой нетто на порцию), увеличив соответственно выход блюда.

461. Яичница глазунья с луком

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80
Маргарин столовый	10	10	10	10
Лук репчатый	24	20	17	14
Маргарин столовый	3	3	2	2
Масса пассерованного репчатого лука	—	10	—	7
или зеленый лук	13	10	9	7
Выход	—	120	—	85

Лук репчатый пассеруют, затем выпускают на него яйца и жарят яичницу, как обычно. При приготовлении яичницы с зеленым луком ее жарят, как натуральную, но перед окончанием жаренья посыпают мелко нарезанным зеленым луком.

462. Яичница глазунья с жареным картофелем

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	—	—	2 шт.	80	2 шт.	80
Картофель	—	—	147	110/76[1]	100	75/52[1]
Маргарин столовый	—	—	15	15	10	10
Выход	—	—	—	140	—	120

[1] 76; 52 – масса картофеля, жаренного с жиром (7% к массе нетто картофеля).

Сырой картофель поджаривают тонкими ломтиками, выпускают на него яйца и жарят, как указано в рец. № 459. Яичницу можно готовить с картофелем, жаренным из предварительно сваренного, соответственно изменив норму закладки брутто картофеля.

463. Яичница глазунья с сыром

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80
Сыр	22	20[1]	16,5	15[1]
Маргарин столовый	10	10	10	10
Выход	—	130	—	90

[1] Масса тертого сыра.

Яйца выпускают на горячую порционную сковороду с жиром, посыпают тертым сыром и жарят 4 мин в жарочном шкафу.

464. Яичница глазунья с черным хлебом

Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80
Хлеб ржаной	50	50	40	40
Маргарин столовый	25	25	20	20
Выход	—	165	—	115

Хлеб (без корок) нарезают тонкими ломтиками и поджаривают на порционной сковороде, затем выпускают яйца и жарят.

465. Яичница глазунья с овощами или грибами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	—	—
Масса готовых овощей или грибов № 457	—	50	—	40	—	—
Выход	—	158	—	114	—	—

Для приготовления используются те же овощи и грибы, что и в рец. № 457. Подготовленные овощи кладут на разогретую с жиром сковороду, выпускают на них яйца и жарят 5–7 мин.

Подготовленные овощи можно отпускать к готовой яичнице в качестве гарнира.

466. Яичница глазунья с мясными продуктами

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80
Маргарин столовый	10	10	10	10
Ветчина вареная	45	44	34	33
или окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	58	44	43	33
или грудинка копченая	54	40[1]	40	30[1]
или колбаса вареная или сосиски	45	44	34	33
или свинина	69	59	52	44
Маргарин столовый	4	4	3	3
Масса обжаренных продуктов	—	40	—	30
Выход	—	150	—	105

[1] Масса вареной грудинки без шкуры и костей.

Мясопродукты (кроме грудинки) нарезают тонкими ломтиками и обжаривают в жире, затем добавляют остальной жир и выпускают на них яйца. Жарят яичницу, как в рец. № 459.

Грудинку отваривают, очищают от шкуры и костей, нарезают кубиками, помещают на разогретую с жиром сковороду. Выпускают яйца и жарят 3–5 мин.

ОМЛЕТЫ

Омлеты приготовляют из яиц, меланжа или яичного порошка, разведенных молоком или водой (натуральные) или с добавлением овощей, свежей зелени, грибов, мясных и других продуктов. Добавляемые продукты предварительно варят или жарят, за исключением тех, которые не требуют тепловой обработки (сыр, зеленый лук, зелень), а затем смешивают с омлетной смесью (смешанные омлеты) и жарят. Кроме того, подготовленные продукты кладут в жареный омлет как начинку (фаршированные омлеты).

Натуральные и смешанные омлеты при массовом приготовлении запекают в жарочном шкафу. На смазанный жиром противень или порционную сковороду выливают омлетную смесь слоем 2,5–3 см и ставят в жарочный шкаф (180–200 °С) на 8–10 мин. Готовый омлет имеет упругую консистенцию. При запекании смешанных омлетов гарнир предварительно обжаривают на противне и заливают смесью или вводят в омлетную смесь.

Омлеты следует готовить по мере спроса, так как при хранении качество омлета ухудшается.

При отпуске омлеты поливают маслом или маргарином. Рекомендуется посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа, кинзы или зеленым луком (1–3 г нетто на порцию). Соль в омлеты кладут из расчета 0,5 г на 1 яйцо.

467. Омлет натуральный

Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80
или меланж	120	120	80	80
Молоко или вода	45	45	30	30
Масса омлетной смеси	—	165	—	110
Маргарин столовый	10	10	5	5
Масса готового омлета	-	160	—	105
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5	5	5
Выход	—	165	—	110

К яйцам или меланжу добавляют молоко или воду и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на порционную сковороду с растопленным жиром и, помешивая, жарят 5 7 мин. Как только омлетная масса загустеет, края омлета загибают с двух сторон к середине, придавая ему форму продолговатого пирожка. Когда нижняя сторона омлета поджарится, его перекладывают на подогретое блюдо или тарелку швом вниз и поливают растопленным жиром.

При массовом приготовлении омлет натуральный запекают в жарочном шкафу, как описано на с. 208.

468. Омлет из яичного порошка

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яичный порошок	—	—	30	30	20	20
Вода	—	—	80	80	70	70
Молоко	—	—	25	25		-
Маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Масса готового омлета	—	—	—	120		80
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	5	5	5	5
Выход	—	—	—	125		85

Яичный порошок подготавливают, как указано на с. 202. Приготовленную омлетную смесь выливают на разогретые сковороду или противень, смазанные жиром, и готовят, как омлет натуральный (рец. № 467).

При отпуске поливают растопленным жиром.

469. Омлет со шпиком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80	2 шт.	80
или меланж	120	120	80	80	80	80
Вода	20	20	20	20	30	30
Молоко	25	25	10	10	—	
Шпик	40	38	30	29	27	26
Выход	—	185	—	125	-	125

Шпик, нарезанный кубиками (0,7–1 $см^3$), поджаривают, заливают омлетной смесью и жарят 5–7 мин.

470. Омлет с луком

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт.	120
или меланж	120	120
Молоко или вода	45	45
Маргарин столовый	10	10
Лук репчатый	24	20
Маргарин столовый	3	3
Масса пассерованного репчатого лука	—	10
или лук зеленый	13	10
Масса жареного омлета с луком	—	170
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5
Выход	—	175

Мелко нарезанный репчатый лук пассеруют, добавляют жир для жаренья омлета, заливают омлетной смесью и жарят или запекают, как омлет натуральный (рец. № 467).

При использовании зеленого лука в подготовленную смесь добавляют мелко нарезанный зеленый лук, перемешивают и жарят или запекают.

При отпуске омлет поливают растопленным жиром.

471. Омлет с сыром

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Омлетная смесь № 467	—	165	—	110
Сыр	22	20[1]	16,5	15[1]
Маргарин столовый	10	10	5	5
Масса готового омлета	—	175	—	115
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5	5	5
Выход	—	180	—	120

[1] Масса тертого сыра.

Омлетную смесь смешивают с тертым сыром, жарят или запекают, как омлет натуральный (рец. № 467).

При отпуске поливают растопленным жиром.

472. Омлет, смешанный с мясными продуктами

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Омлетная смесь № 467	—	165	—	110
Маргарин столовый	10	10	5	5
Ветчина вареная	45	44	34	33
или окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	58	44	43	33
или грудинка копченая	54	40[1]	40	30[1]
или колбаса вареная или сосиски	45	44	34	33
Маргарин столовый	3	3	2	2
Масса готовых мясных продуктов	—	40	—	30
Масса жареного омлета	—	195	—	130
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5	5	5
Выход	—	200	—	135

[1] Масса вареной грудинки без шкуры и костей.

Мясопродукты нарезают мелкими кубиками или ломтиками и обжаривают (за исключением грудинки, которую используют в отварном виде), затем добавляют жир для жаренья омлета, заливают омлетной смесью, перемешивают и жарят, как омлет натуральный (рец. № 467).

При отпуске поливают растопленным жиром.

473. Омлет, фаршированный овощами или грибами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Омлетная смесь № 467	—	165	—	110	—	—
Маргарин столовый	10	10	5	5	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фасоль овощная (лопатка) свежая	49	44	38	34	—	—
или горошек зеленый консервированный	60	39	46	30	—	—
или спаржа свежая	60	44	47	34	—	—
Соус № 862	15	15	10	10	—	—
или						
Кабачки свежие	78	62	58	46	—	—
или баклажаны свежие	64	54	47	40	—	—
или грибы белые свежие	82	62	61	46	—	—
Сметана	20	20	15	15	—	—
Масло сливочное	4	4	3	3	—	—
Масса фарша	—	50	—	35	—	—
Масса готового фаршированного омлета	—	190	—	125	—	—
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5	5	5		—
Выход	—	195	—	130	—	—

Для фарша овощи нарезают кубиками или брусочками длиной 2-3 см. Фасоль или спаржу отваривают, горошек прогревают и сливают отвар; кабачки, баклажаны, очищенные от кожицы, или нарезанные дольками грибы поджаривают. Подготовленные продукты заправляют соусом или сметаной и используют как фарш.

Омлетную смесь выливают на порционную сковороду с растопленным жиром и жарят. Когда масса слегка загустеет, на середину кладут фарш, закрывают с двух сторон загустевшей массой, придав омлету форму пирожка, и дожаривают. Готовый омлет перекладывают на тарелку швом вниз.

При отпуске поливают растопленным жиром.

474. Омлет, фаршированный мясными продуктами

Омлет натуральный № 467	—	160	—	105	—	—
Фарш:						
Ветчина вареная	34	33	22	22	—	—
или окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	43	33	29	22	—	—
или грудинка копченая	40	30[1]	27	20[1]	—	—
или колбаса вареная или сосиски	34	33	23	22	—	—
или почки свиные или телячьи	61	55	40	36	—	—
Маргарин столовый	3	3	2	2	—	—
Соус №№ 824, 848	25	25	17	17	—	—
или						
Печень говяжья	53	44	35	29	—	—
Маргарин столовый	3	3	2	2	—	—
Мука пшеничная	1	1	0,5	0,5	—	—
Сметана	25	25	17	17	—	—
или						
Говядина	65	48	43	32	—	—
Маргарин столовый	3	3	2	2	—	—
Соус №№ 824, 865	25	25	17	17	—	—
Масса готового фарша	—	45	-	30	—	—
Масса готового фаршированного омлета	—	205	—	135	—	—
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5	5	5	—	—
Выход	—	210	—	140	—	—

[1] Масса вареной грудинки без шкуры и костей.

Мясопродукты на фарш нарезают ломтиками или кубиками, почки или печень – тонкими ломтиками, обжаривают с жиром (за исключением грудинки, которую используют в отварном виде), добавляют соус или сметану, предварительно проваренную с пассерованной мукой, и кипятят 1–2 мин.

Горячий фарш кладут на середину готового омлета, закрывают краями, придавая ему форму продолговатого пирожка, после чего омлет перекладывают на тарелку швом вниз. При отпуске поливают растопленным жиром.

475. Омлет, фаршированный вареньем

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	2 шт.	80	—	—	—	—
Сливки или молоко	30	30	—	—	—	—
Масло сливочное	10	10	—	—	—	—
Сахар	5	5	—	—	—	—
Варенье ягодное (без косточек), джем или конфитюр	25	25	—	—	—	—
Кардамон	0,01	0,01	—	—	—	—
или цедра лимонная	0,1	0,1	—	—	—	—
Масса готового омлета	—	130	—	—	—	—
Рафиналная пудра	15	15	—	—	—	—
Выход	—	145	—	—	—	—

В омлетную смесь добавляют цедру, снятую с лимона, или растертый с сахаром кардамон и жарят, как омлет, фаршированный овощами или грибами (рец. № 473), но вместо овощного фарша кладут ягоды из варенья без косточек и сиропа или конфитюр, джем. Когда нижняя сторона поджарится, омлет перекладывают на блюдо или тарелку швом вниз и посыпают рафинадной пудрой. Омлет, приготовленный с ягодами из варенья, при отпуске поливают сиропом и посыпают пудрой.

476. Омлет с жареным картофелем (запеченный)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	—	—	3 шт.	120	2 шт.	80
Молоко	—	—	45	45	—	
Вода	—	—	—	—	30	30
Картофель	—	—	100	75/52[1]	147	110/76[1]
Маргарин столовый	—	—	10	10	10	10
Масса готового омлета	—	—	—	200	—	170
Маргарин столовый или масло сливочное		—	5	5	5	5
Выход	—	—	—	205	—	175

[1] 52;76 масса картофеля, жаренного с жиром (7% к массе нетто картофеля).

Картофель, нарезанный дольками или ломтиками, обжаривают, заливают омлетной смесью и запекают на противне или порционной сковороде. Омлет можно готовить с картофелем, жаренным во фритюре, или из отварного, соответственно изменив норму закладки брутто картофеля.

При отпуске поливают растопленным жиром.

477. Омлет с морковью (запеченный)

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Яйца	—	—	3 шт.	120	2 шт.	80
Молоко	—	—	40	40		
Вода	—	—			25	25
Морковь	—	—	50	38[1]	50	38[1]
Маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Масса готового омлета	—	—	—	170		125
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	5	5	5	5
Выход	—	—	—	175		130

[1] Масса вареной протертой моркови.

Отваренную морковь протирают на протирочной машине или мелко рубят, смешивают с омлетной смесью и запекают на противне или на сковороде 10–15 мин.

При отпуске поливают растопленным жиром.

478. Омлет с кашей (запеченный)

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	2 шт.	80
Молоко	30	30
Каша рассыпчатая (рисовая, пшенная) № 405	—	59
Маргарин столовый	5	5
Масса готового омлета	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5
Выход	—	155

Омлетную массу смешивают с рассыпчатой кашей и запекают 5–7 мин.

При отпуске поливают растопленным жиром.

479. Драчена

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80		
Молоко	35	35	25	25		
Мука пшеничная	9	9	6	6		
Сметана	15	15	10	10		
Маргарин столовый	5	5	5	5		
Выход	—	145	—	100		

В омлетную смесь, приготовленную, как для омлета натурального, добавляют муку и сметану и запекают на порционной сковороде 5–8 мин. Драчену готовят непосредственно перед подачей.

Отпускают в той же сковороде.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

480. Яйца, запеченные под молочным соусом

Яйца	3 шт.	120/100[1]	2 шт.	80/67[1]	—	—
Хлеб пшеничный	30	30/25[2]	20	20/17[2]	—	—
Масло сливочное	10	10	5	5	—	—
Соус № 861	125	125	100	100	—	—
Сыр	9	8[3]	6,5	6[3]	—	—
Масса запеченных яиц	—	230	—	170	—	—
Масло сливочное	5	5	5	5	—	—
Выход	—	235	—	175	—	—

[1] 100;67 масса яиц, сваренных «в мешочек» без скорлупы.

[2] 25;17 масса обжаренного хлеба.

[3] Масса тертого сыра.

На порционную сковороду кладут хлеб, поджаренный на масле, на него по одному яйцу, сваренному «в мешочек» без скорлупы, все заливают горячим молочным соусом, посыпают тертым сыром и запекают 12–15 мин.

Подают на той же сковороде.

При отпуске поливают растопленным маслом сливочным.

БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

Из творога[1] и творожной массы[2] приготовляют холодные и горячие блюда. К первым относятся творожная масса с различными наполнителями (изюм, орехи, какао-порошок и др.), с добавлением вкусовых и ароматических веществ (ванилин, тмин и др.), творог с молоком, сметаной, сахаром, крем творожный, а ко вторым – вареники, сырники, запеканки, пудинги.

Жирный (18% жира, 65% влаги) и полужирный (9% жира, 73% влаги) творог целесообразно подавать в натуральном виде. Полужирный и нежирный (80% влаги) творог рекомендуется использовать для приготовления горячих блюд.

Творог, который подают в натуральном виде, не протирают. Для подачи в натуральном виде следует использовать творог только из пастеризованного молока.

Для приготовления горячих блюд пропускают творог через протирочную машину; небольшое количество творога протирают через сито. При протирании образуются потери в размере 1–2%.

Вторые горячие блюда готовят отварными (вареники ленивые, пудинг, варенный на пару), жареными (сырники, творожные батончики) и запеченными (пудинги, запеканки).

Сырники готовят с сахаром или без сахара, а также с добавлением различных овощей (картофеля, моркови) или специй (тмин).

Пудинги отличаются от запеканок бо́льшим количеством компонентов (ванилин, изюм, цукаты), а также более нежной консистенцией, так как в них входят взбитые белки.

При приготовлении блюд на 1 кг творога кладут 10 г поваренной соли.

Отпускают творожную массу по 100–200 г на порцию со свежими, консервированными и быстрозамороженными плодами и ягодами (50–70 г массой нетто на порцию), с вареньем, сметаной, орехами; соленую – со сметаной. При отпуске можно оформить листьями салата зеленого (15 г массой нетто на порцию), увеличив соответственно выход блюда.

Вторые блюда отпускают с маслом, сметаной, сахаром или сладкими соусами. Можно отпускать и с различными плодами и ягодами (50–70 г массой нетто на порцию).

481. Творожная масса сладкая*

	С изюмом		С цукатами		Шоколадная		С медом	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Творожная масса сладкая	980	980	985	985	1025	1025	985	985
Виноград сушеный (изюм)	65	64	—	—	—	—	—	—
Цукаты	—	—	60	60	—	—	—	—
Какао-порошок	—	—	—	—	20	20	—	—
Мед натуральный	—	—	—	—	—	—	60	59
Ванилин	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000	—	1000

[1]Творог, поступающий на предприятия общественного питания, должен соответствовать республиканским стандартам (РСТ РСФСР 371-73, РСТ УССР 248-73 и др.)

[2] В соответствии с Санитарными правилами «Условия, сроки хранения и реализации особо скоропортящихся продуктов», утвержденными Минздравом СССР 27.06.74 № 1161-74, приготовление творожной массы на предприятиях общественного питания запрещено. На предприятиях используется творожная масса, вырабатываемая промышленностью в соответствии с ОСТ 49 102 76 (в рецептурах отмечена звездочкой).

Для приготовления блюда ванилин растворяют в горячей воде (в соотношении 1 : 20); изюм перебирают, промывают в теплой воде и обсушивают; цукаты нарезают мелкими кубиками (6–8 мм); какао-порошок просеивают.

Предварительно подготовленные вкусовые и ароматические продукты и мед кладут в творожную массу и тщательно перемешивают.

Отпускают творожную массу в порционной посуде, придавая ей форму пирамиды, конуса или прямоугольного брусочка.

482. Творожная масса со сметаной

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Творожная масса сладкая* или соленая*	102	102	102	102
Сметана	30	30	25	25
Выход	—	130	—	125

Сладкую или соленую готовую творожную массу кладут в порционную посуду горкой, делают в ней углубление, в которое кладут сметану.

В соленую творожную массу можно добавлять тмин (1,6 г на порцию), который предварительно перебирают, промывают, заливают горячей водой и оставляют на 1–1,5 ч для набухания, затем воду сливают.

483. Творожная масса с зеленым луком

	БРУТТО	НЕТТО
Творожная масса соленая*	102	102
Лук зеленый	25	20
Сметана	30	30
Выход	—	150

Соленую творожную массу непосредственно перед подачей смешивают с мелко нарезанным зеленым луком и частью сметаны.

Готовую массу укладывают в порционную посуду горкой, делают в ней углубление и заполняют его оставшейся сметаной.

484. Творожная масса с ягодами или плодами

	БРУТТО	НЕТТО
Творожная масса сладкая*	102	102
Земляника свежая (садовая)	53	45
или абрикосы свежие	52	45
или плоды, или ягоды консервированные	25 }	
и сироп	21 }	45
Выход	—	145

Готовую творожную массу укладывают в порционную посуду горкой, сверху кладут дольки свежих плодов или ягод. При приготовлении творожной массы с консервированными плодами или ягодами массу, уложенную горкой, поливают сиропом, а затем оформляют плодами или ягодами.

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

485. Творожная масса с орехами

Творожная масса сладкая с наполнителями № 481	—	100	—	100
Миндаль	18	11/10[1]	9	5,5/5[1]
или орехи грецкие	22	10	11	5
Сметана	20	20	20	20
Мандарины свежие	1/4 шт.	10		—
Выход	—	140	—	125

[1] 10 и 5 г - масса миндаля жареного.

Сладкий миндаль или грецкие орехи очищают от скорлупы, ошпаривают кипятком. Затем очищают от кожицы и не очень мелко рубят, рубленый миндаль поджаривают до светло-коричневого цвета. Миндаль можно заменить арахисом. Грецкие орехи поджаривать не рекомендуется.

Творожную массу, приготовленную по рец. № 481, укладывают в порционную посуду горкой, поливают сметаной и посыпают орехами. Оформляют мандаринами, нарезанными полукружками вместе с кожицей.

486. Творожная масса с вареньем

Творожная масса сладкая*	102	102	102	102
Варенье фруктовое или ягодное (без косточек)	20	20	25	25
Орехи грецкие	11	5	—	—
Сливки (35% жирности)	30			
Пудра рафинадная	5	30	—	—
Выход	—	155	—	125

Сладкую творожную массу кладут в порционную посуду горкой, делают в ней углубление, заполняют его вареньем, сверху посыпают рублеными орехами. Массу оформляют взбитыми с рафинадной пудрой сливками, выпущенными из кондитерского мешка.

487. Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром

	БРУТТО	НЕТТО
Творог	153	153
Молоко	211	200[1]
или сливки	50	50
или сметана	30	30
или сахар	25	25

	БРУТТО	НЕТТО
или сметана	30	30
и сахар	15	15
Выход: с молоком	—	350
со сливками	—	200
со сметаной	—	180
с сахаром	—	175
со сметаной и сахаром	—	195

[1] Масса кипяченого молока.

При отпуске с молоком или сливками творог кладут в порционную посуду и заливают кипяченым охлажденным молоком или сливками.

Молоко или сливки можно подать отдельно.

Творог с молоком или сливками можно отпускать и с сахаром или рафинадной пудрой (10–25 г на порцию), увеличив соответственно выход блюда.

При отпуске со сметаной или сахаром творог кладут в порционную посуду горкой, делают небольшое углубление, заполняют его сметаной или посыпают сахаром.

488. Творог с сыром

Творог	76	75
Сыр	33	30[1]
Сметана	30	30
Выход	—	130

[1] Масса тертого сыра.

В протертый творог добавляют тертый сыр, соль (по вкусу), сметану и перемешивают до получения однородной массы.

Отпускают в порционной посуде в натуральном виде или со сметаной.

489. Творог со свежей зеленью

Творог	103	102
Петрушка (зелень)	28	21
или листья салата зеленого	29	21
Сахар	10	10
Сметана	30	30
Выход	—	160

В протертый творог добавляют соль, сахар, мелко нарезанные листья салата или рубленую зелень петрушки, которые предварительно промывают и обсушивают. Массу хорошо перемешивают, кладут в порционную посуду горкой, в середине делают углубление и заполняют его сметаной.

Вместо салата можно использовать мелко нарезанный укроп или листья шпината (по 10 г массой нетто на порцию), изменив соответственно выход блюда.

490. Вареники ленивые (полуфабрикат)

Творог	837	820
Мука пшеничная	115	115

	БРУТТО	НЕТТО
Яйцо	$1^1/_2$ шт.	60
Сахар	60	60
Соль	8	8
Выход	—	1000

В протертый творог вводят муку, яйца, сахар, соль и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10–12 мм и разрезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы.

491. Вареники ленивые отварные

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Вареники ленивые (полуфабрикат)	—	240		190
Масса вареных вареников	—	250	–	200
Маргарин столовый или				
масло сливочное	15	15	10	10
или сметана	40	40	25	25
или сахар	25	25	20	20
Выход: с маргарином или маслом	—	265	—	210
со сметаной	—	290	—	225
с сахаром	—	275	—	220

Подготовленные вареники (полуфабрикат) отваривают в подсоленной воде при слабом кипении в течение 4–5 мин.

Отпускают вареники с маргарином, маслом, сметаной или сахаром.

492. Сырники из творога

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
Творог	136	135	152	150
Мука пшеничная	20	20	20	20
Яйца	1/8 шт.	5	1/8 шт.	5
Сахар	15	15	—	-
Масса полуфабриката	—	170	—	170
Маргарин столовый	5	5	5	5
Масса готовых сырников	—	150	—	150
Сметана или варенье	20	20	20	20
или масло сливочное	5	5	5	5
или сахар	10	10	10	10
и сметана	20	20	20	20
или соус №№ 860, 863, 902, 903, 904, 906, 907	—	75	—	75
Выход: со сметаной или вареньем	—	170	—	170
с маслом сливочным	—	155	—	155
с сахаром и сметаной	—	180	—	180
с соусом	—	225	—	225

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар, соль. Можно добавить ванилин 0,02 г на порцию, предварительно растворив его в горячей воде.

Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5–6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см, обжаривают с обеих сторон, после чего ставят в жарочный шкаф на 5–7 мин.

Сырники без сахара можно готовить с тмином (0,5 г на порцию), предварительно подготовив его, как описано в рец. № 482.

Тмин вводят в протертый творог вместе с остальными компонентами.

Отпускают сырники по 3 шт. на порцию со сметаной, или вареньем, или сметаной и сахаром, с молочным, или сметанным, или сладким соусами.

Сырники с тмином отпускают со сметаной или сметанным соусом.

493. Сырники из творога и картофеля

	БРУТТО	НЕТТО
Творог	121	120
Картофель	113	85
Масса вареного протертого картофеля	—	79
Яйца	1/5 шт.	8
Мука пшеничная	25	25
Масса полуфабриката	—	227
Кулинарный жир	5	5
Масса готовых сырников	—	200
Соус № 863	—	75
или сметана	30	30
Выход: с соусом	—	275
со сметаной	—	230

Вареный картофель пропускают через протирочную машину, добавляют протертый творог, сырые яйца, 2/3 муки, соль и перемешивают. Полученную массу формуют, панируют в оставшейся муке и жарят.

Отпускают сырники по 4 шт. на порцию со сметаной или соусом сметанным.

494. Сырники с морковью

Творог	141	140
Морковь	56	45
Маргарин столовый	3	3
Крупа манная	5	5
Яйца	1/5 шт.	8
Сахар	15	15
Мука пшеничная	25	25
Масса полуфабриката	—	227
Кулинарный жир	7	7
Масса готовых сырников	—	200
Соус №№ 860, 863	—	75
или сметана	30	30
Выход: с соусом	—	275
со сметаной	—	230

Очищенную сырую морковь измельчают и припускают с маргарином в небольшом количестве воды (10% воды к массе нетто моркови). Затем всыпают манную крупу и, помешивая, нагревают до ее набухания. После охлаждения массу смешивают с протертым творогом, сырыми яйцами, сахаром и частью муки (2/3 от всего количества). Из подготовленной массы формуют сырники, панируют их в муке и жарят.

Подают в горячем виде по 4 шт. на порцию со сметаной, с молочным или сметанным соусом.

	БРУТТО	НЕТТО

495. Сырники по-киевски (украинское национальное блюдо)

Творог	91	90
Мука пшеничная	16	16
Яйца	1/4 шт.	10
Сахар	15	15
Ванилин	0,02	0,02
Масса творожной массы	---	130
На фарш:		
Варенье	20	20
Виноград сушеный (изюм)	10,2	10
Масса фарша	--	20
Яйца	1/8 шт.	5
Хлеб пшеничный	10	10
Масса полуфабриката	---	160
Кулинарный жир	15	15
Масса готовых сырников	--	150
Рафинадная пудра	5	5
Сметана	20	20
Выход	--	175

В протертый творог добавляют сахар, яйца, соль, муку, ванилин, растворенный в горячей воде, перемешивают и разделывают на кружочки толщиной 5-7 мм.

Для фарша подготовленный и обсушенный изюм уваривают с вареньем до загустения, охлаждают.

На подготовленные кружочки кладут фарш, защипывают края, формуют полуфабрикат овальной формы, смачивают в яйце, панируют в белой панировке и жарят в большом количестве жира в течение 2-3 мин; доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5-7 мин.

При отпуске сырники (по 2 шт. на порцию) посыпают рафинадной пудрой. Отдельно подают сметану.

496. Творожные батончики (белорусское национальное блюдо)

Творог	84	83
Мука пшеничная	50	50
Яйца	1/3 шт.	13
Сахар	13	13
Сметана	13	13
Натрий двууглекислый (сода)	2	2
Мука пшеничная (для разделки)	30	30
Масса полуфабриката	---	200
Маргарин столовый	25	25
Масса творожных батончиков	--	170
Рафинадная пудра	5	5
Выход	-	175

В протертый творог добавляют муку, яйца, сметану, сахар, соду, соль и все тщательно перемешивают. Массу раскатывают слоем толщиной 1 см и нарезают ровными полосками длиной 10 см и шириной 2 см. Полоски формуют в муке в виде батончиков, затем жарят в большом количестве жира.

При отпуске батончики посыпают рафинадной пудрой.

497. Пудинг из творога (запеченный)

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Творог	91	90	152	150
Крупа манная	10	10	15	15
Сахар	15	15	15	15
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Виноград сушеный (изюм)	15,3	15	20,4	20
Орехи (ядро)	10	10	—	—
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	5	5
Ванилин	0,02	0,02	0,02	0,02
Сухари	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5
Масса готового пудинга	—	150	—	200
Сметана	30	30	20	20
или соус №№ 860, 902, 903, 904, 906, 907, 908	—	75	—	75
Выход: со сметаной	—	180	—	220
с соусом	—	225	—	275

В горячей воде (10-20 мл на порцию) растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченный маргарин или сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм, рубленые орехи. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень (или в формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25–35 мин. Готовый пудинг выдерживают 5–10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, разрезают на порционные куски.

Отпускают пудинг горячим со сметаной, с молочным или сладким соусами.

498. Пудинг из творога (варенный на пару)

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Творог	121	120	152	150
Крупа манная	—	—	15	15
Сухари	20	20	—	—
Сахар	20	20	20	20
Яйца	3/4 шт.	30	1/2 шт.	20
Виноград сушеный (изюм)	20,4	20	20,4	20
Орехи грецкие (ядро)	15	15	—	—
Ванилин	0,02	0,02	0,02	0,02
Масло сливочное	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	222	—	222
Масса готового пудинга	—	200	—	200
Сметана	30	30	30	30
или варенье	30	30	30	30
или соус №№ 902, 903, 904, 906, 907, 908	—	75	—	75
Выход: со сметаной или вареньем	—	230	—	230
с соусом		275	—	275

В протертый творог добавляют сухари или крупу, яичные желтки, растертые с сахаром, ванилин, растворенный в горячей воде, подготовленный обсушенный изюм, рубленые орехи и все перемешивают.

Затем вводят в массу взбитые яичные белки, раскладывают в формы, смазанные маслом и обсыпанные сухарями, и варят на пару 20–30 мин.

Отпускают со сметаной, вареньем или сладким соусом.

499. Запеканка из творога

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Творог	136	135	141	140
Крупа манная	10	10	10	10
или мука пшеничная	12	12	12	12
Сахар	15	15	10	10
Яйца	1/10 шт.	4	1/10 шт.	4
Маргарин столовый	5	5	5	5
Сухари	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5
Масса готовой запеканки	—	150	—	150
Соус №№ 902, 903, 904, 906, 907, 908	—	75	—	75
или сметана	30	30	25	25
Выход: с соусом	—	225	—	225
со сметаной	—	180	—	175

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью.

Подготовленную массу выкладывают слоем 3–4 см на смазанные жиром и посыпанные сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20–30 мин до образования на поверхности румяной корочки.

При отпуске нарезанную на куски квадратной или прямоугольной формы запеканку поливают сметаной или сладким соусом.

500. Крем творожный

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Творог	101	100	101	100
Яйца	1 шт.	40	1 шт.	40
Масло сливочное	15	15	15	15
Сахар	25	25	15	15
Сметана	25	25	25	25
или сливки	25	25	—	—
Орехи (ядро)	10	10	—	—
Плоды консервированные	—	30	—	—
или свежие	—	30	—	—
Варенье	—	—	15	15
Ванилин	0,02	0,02	—	—
Выход	—	235	—	200

Размягченное сливочное масло растирают с яичными желтками и сахаром до образования пышной однородной массы.

В протертый творог добавляют ванилин, растворенный в горячей воде, и соль, смешивают с яично-масляной массой и постепенно вводят взбитые в густую пену сливки или сметану. Готовый крем укладывают в порционную посуду в форме конуса или пирамиды, посыпают рублеными орехами (миндаля, грецкими или фисташек) и охлаждают.

При отпуске крем оформляют дольками свежих или консервированных плодов или вареньем.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, МОРЕПРОДУКТОВ И РАКОВ

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

Рыбу приготавливают отварной, припущенной, тушеной, жареной и запеченной. Соленую рыбу жарить и запекать не рекомендуется, ее приготовляют отварной, припущенной и тушеной. Мелочь 1-й группы можно варить, припускать, жарить и тушить. Мелочь 2-й и 3-й групп целесообразнее жарить.

В рецептурах раздела указаны наименования наиболее распространенных рыб.

В рецептурах на блюда из свежей рыбы закладка сырья и выход готовой рыбы указаны на рыбу крупную или всех размеров неразделанную. Исключение составляют окунь морской, луфарь и бельдюга океанические, треска, зубатка пятнистая (пестрая), мерланг, поступающие чаще потрошеными без головы, а также осетр, севрюга, белуга, палтус чернокорый и белокорый, поступающие потрошеными с головой. Кроме того, в рецептурах даны нормы закладки рыбы специальной разделки (полуфабрикат – тушка без плечевой кости), выпускаемой промышленностью.

Для установления нормы закладки и выхода блюд из рыб, не указанных в рецептурах, а также поступающих в другом виде промышленной обработки, следует руководствоваться данными, приведенными в табл. 27, 30 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с костным скелетом (всех семейств) при использовании сырья и рыбы специальной разделки» и «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с хрящевым скелетом (семейства осетровых) при использовании полуфабриката (рыба, разделанная на звенья)».

Во введениях к подразделам или в рецептурах к блюдам указываются принятые виды разделки рыбы, от которых зависят нормы отходов на холодную обработку.

Для большинства вторых рыбных блюд указанная в рецептурах норма гарнира 150 г может быть увеличена до 200 250 г. Такие гарниры, как горошек зеленый консервированный, спаржа, капуста цветная и другие, можно отпускать массой 100, 75, 50 г. Лучше всего рыба сочетается по вкусу с гарниром из картофеля. Дополнительно ко всем рыбным блюдам можно подать огурцы, помидоры свежие, соленые или маринованные, а также другие соленые или маринованные овощи, салат из капусты в количестве 50–70 г (нетто) на порцию, изменив соответственно норму выхода блюда.

При тепловой обработке рыбы используют специи из следующего расчета на порцию: соли 3 г, перца черного 0,01 г, лаврового листа – 0,01 г. Норма кореньев приведена в рецептурах.

При отпуске рыбные блюда посыпают измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропа (1 3 г нетто на порцию) или оформляют веточкой зелени.

РЫБА ОТВАРНАЯ

Для варки пригодны все виды рыб. Однако такие рыбы, как хек серебристый, сельдь, карась, омуль, навага, лещ, вобла, в вареном виде менее вкусны, чем в жареном.

Варят рыбу целыми тушками, звеньями (рыбу семейства осетровых), в виде крупных кусков (белуга) и порционных кусков.

Подготовленную рыбу (некрупные экземпляры) нарезают на порционные куски, не пластуя, вместе с позвоночником, рыбу массой 1,0–1,5 кг следует предварительно пластовать вдоль позвоночника.

Рыбу варят в рыбных котлах, снабженных решетками.

Бульон, полученный при варке рыбы, используется для приготовления супов и соусов.

При варке форели и лососевых для сохранения их окраски в воду добавляют столовый уксус (10 г на 1 л воды).

Рыбу океаническую и морскую, имеющую специфический запах и привкус, варят с добавлением огуречного рассола, укропа или свежего сладкого стручкового перца.

При отпуске рыбу кладут на порционное блюдо или тарелку, гарнируют, соус подают отдельно или поливают им рыбу.

501. Рыба (филе) отварная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капитан-рыба	296	160	237	128	178	96
или окунь морской[1]	214	156	171	125	129	94
или щука (кроме морской)	306	156	245	125	184	94
или греска[1]	197	152	158	122	118	91
или мерлан[1]	203	156	162	125	122	94
Из полуфабрикатов:						
Капитан-рыба	182	160	145	128	109	96
или греска	173	152	139	122	103	91
или щука (кроме морской)	184	156	147	125	111	94
или макрель Индийского океана	164	144	131	115	98	86
Морковь[2]	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	1,5	1
Масса отварной рыбы	–	125	–	100	–	75
Гарнир №№ 757, 759, 779–781	–	150	–	150	–	150
Соус №№ 857, 863, 871	—	75		50		50
Выход	–	350	–	300	–	275

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, греску, мерлан потрошеные обезглавленные.

[2] Рыбу можно варить без добавления моркови.

Рыбу, разделанную на филе с кожей и реберными костями, нарезают порционными кусками. На поверхности кожи каждого куска делают два-три надреза, чтобы при варке куски рыбы не деформировались. Затем их укладывают в один ряд в посуду кожей вверх, заливают горячей водой, уровень которой должен быть на 3-5 см выше поверхности рыбы, добавляют лук репчатый, морковь, петрушку, лавровый лист, перец черный горошком, соль. Когда жидкость закипит, удаляют пену и варят рыбу до готовности без кипения при температуре 85–90 С в течение 5–7 мин, считая с момента закипания воды. Хранят отварную рыбу в горячем бульоне не более 30–40 мин.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, рагу овощное.

Соусы – томатный, сметанный, польский.

502. Рыба (непластованная кусками) отварная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Горбуша, или кета, или чавыча	226	156	181	125	136	94
или судак	240	156	192	125	145	94
или зубатка пятнистая (пестрая)[1]	184	151	146	120	110	90
или скумбрия азово-черноморская	220	156	176	125	132	94
или палтус чернокорый[1]	240	156	192	125	145	94
или ставрида океаническая	256	156	205	125	154	94
или бельдюга океаническая[1]	164	156	132	125	99	94
Из полуфабрикатов:						
Макрурус	163	156	130	125	98	94
или скумбрия дальневосточная	164	156	132	125	99	94
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	1,5	1
Масса отварной рыбы		125	–	100		75
Гарнир №№ 757, 759, 779–781	–	150	–	150	–	150
Соус №№ 857, 863, 871	—	75	–	50	–	50
Выход		350		300		275

[1] Нормы закладки даны на зубатку пятнистую (пеструю), бельдюгу океаническую потрошеные обезглавленные, палтус черно-корый потрошеный с головой.

Обработанную непластованную рыбу нарезают на куски (по одному на порцию), варят и отпускают, как описано в рец. № 501.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, рагу овощное.

Соусы – томатный, сметанный, польский.

503. Рыба (целиком с головой) отварная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мелочь 1-й группы	208	156	167	125	125	94
или сардины мексиканские и марокканские	205	152	165	122	123	91
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	1,5	1
Масса отварной рыбы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 757, 759, 779–781	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 857, 858	—	75	—	50	—	50
Выход	—	350	—	300	—	275

Рыбу очищают, потрошат, удаляют жабры и варят целиком с головой 15 мин, как описано в рец. № 501.

При отпуске рыбу гарнируют и поливают соусом.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, рагу овощное.

Соусы – томатный, томатный с овощами.

504. Рыба (семейства осетровых) отварная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Осетр	267	160	213	128	160	96
или севрюга	250	160	200	128	150	96
или белуга	262	160	210	128	157	96
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	1,5	1
Масса отварной рыбы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 757, 759	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 847, 855	—	75	—	50	—	50
Выход	—	350	—	300	—	275

Рыбу пластуют на звенья, ошпаривают, удаляют жучки, зачищают. Звенья промывают, перевязывают, кладут кожей вниз на вставную решетку рыбного котла, заливают холодной водой, добавляют овощи, коренья, соль и варят в течение 30–45 мин при температуре 85–90°С; за 10 мин до окончания варки добавляют перец и лавровый лист.

Готовую рыбу вынимают, удаляют хрящи, сгустки белка, нарезают на порционные куски и хранят до отпуска в небольшом количестве бульона при температуре 50–60°С не более 30–40 мин.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное.

Соусы – белый с каперсами, белое вино.

505. Рыба соленая отварная

	I		II		III	
Зубатка пятнистая (пестрая)[1]	248	151	197	120	148	90
или окунь морской[1]	199	151	158	120	118	90

---

[1] Нормы закладки даны на зубатку пятнистую (пеструю) потрошеную с головой, на окунь морской и треску потрошеные обезглавленные.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или треска[1]	194	151	154	120	115	90
Из полуфабрикатов:						
Зубатка пятнистая (пестрая)	168	151	133	120	100	90
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	1,5	1
Масса отварной рыбы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 757, 759	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 852, 857, 858, 863	—	75	—	50	—	50
Выход	—	350	—	300	—	275

Перед вымачиванием соленую рыбу помещают в холодную воду на 30–50 мин для набухания мышечной ткани. Затем удаляют чешую, плавники, голову, внутренности. Выпотрошенную рыбу промывают, разрезают на порционные куски, заливают холодной водой с температурой 12°С (на 1 кг рыбы 2 л воды) и продолжают вымачивать в течение 12 ч, меняя воду через 1, 2, 3 и 6 ч после начала вымачивания. Можно вымачивать рыбу в проточной воде в течение 5–6 ч.

Вымоченную рыбу немедленно подвергают тепловой обработке. Варят и отпускают соленую рыбу так же, как и свежую (рец. № 501).

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное.

Соусы – белый основной, томатный, томатный с овощами, сметанный.

РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ

Припускание – разновидность варки, но в отличие от последней оно производится в небольшом количестве жидкости.

Припущенная рыба вкуснее, чем отварная, так как при этом способе тепловой обработки в ней полнее сохраняются питательные вещества.

Рыбу припускают целиком (некрупную рыбу и рыбу для банкетов); звеньями и порционными кусками (рыбу семейства осетровых); порционными кусками, нарезанными из непластованной рыбы – камбалу, палтус, хек серебристый, ледяную рыбу, минтай. Большинство других рыб припускают порционными кусками, нарезанными из филе.

Целую рыбу и порционные куски целесообразнее припускать с кожей. Звенья рыб семейства осетровых предварительно ошпаривают для удаления костных жучек. Порционные куски рыбы, нарезанные из обработанного звена с кожей без хрящей, а для некоторых блюд и без кожи, перед припусканием ошпаривают для того, чтобы уменьшить выделение из них белков во время припускания.

Рыбу припускают в рыбных котлах, снабженных решетками, при закрытой крышке. Подготовленную для припускания рыбу кладут в посуду в один ряд (звенья – кожей вниз), подливают бульон или воду (0,3 л жидкости на 1 кг рыбы) так, чтобы жидкость покрыла рыбу на 1/4 объема.

Хорошими вкусовыми достоинствами обладает рыба, припущенная с добавлением сухого белого виноградного вина или грибного отвара. Рыбы морские, а в некоторых случаях и осетровые, рекомендуется припускать с добавлением огуречного рассола.

Продолжительность припускания зависит от вида рыбы и толщины кусков. Для ее определения следует пользоваться табл. 35 «Продолжительность тепловой обработки некоторых продуктов». Бульон, полученный при припускании, используют для приготовления соусов, супов.

Отпускают припущенную рыбу под различными соусами; сверху на рыбу укладывают вареные белые грибы или шампиньоны. Можно посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа, положить ломтик очищенного лимона.

На гарнир подают отварной картофель, овощи отварные, картофельное пюре. В дополнение к указанным гарнирам можно давать огурцы, помидоры свежие или соленые, квашеную или маринованную капусту.

В рецептурах блюд из припущенной рыбы с костным скелетом нормы закладки даны в основном на рыбу, разделанную порционными кусками из филе с кожей без костей, а для рыб семейства осетровых – с кожей без хрящей. При ином виде разделки для установления норм закладки следует руководствоваться табл. 27, 30.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

506. Рыба (филе) припущенная

Сом (кроме океанического)	304	152	244	122	182	91
или судак	298	152	239	122	178	91
или щука (кроме морской)	330	152	265	122	198	91
или окунь морской[1]	217	152	174	122	130	91
или мерланг[1]	200	152	161	122	120	91
или ледяная рыба	325	156	260	125	196	94
Из полуфабрикатов:						
Сом (кроме океанического)	177	152	142	122	106	91
или судак	197	152	158	122	118	91
или щука (кроме морской)	200	152	161	122	120	91
или окунь морской	179	152	144	122	107	91
или ледяная рыба	190	156	152	125	115	94
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Сом или судак	165	152	133	122	99	91
или ставрида океаническая	158	152	127	122	95	91
или хек серебристый	182	164	147	132	110	99
Лук репчатый	6	5	5	4	4	3
Петрушка (корень)	7	5	5	4	4	3
или сельдерей (корень)	7	5	6	4	4	3
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75
Шампиньоны свежие	53	40/28[2]	28	21/15[2]	—	—
или грибы белые свежие	49	37/28[2]	26	20/15[2]	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Гарнир №№ 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 843, 853, 855, 857	—	75	—	75	—	50
Выход	—	385	—	340	—	275

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные.

[2] Масса вареных грибов.

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, кладут в посуду в один ряд, подливают горячую воду или бульон, солят, добавляют лук репчатый, коренья, специи, грибной отвар и припускают 10–15 мин.

При отпуске на рыбу кладут грибы, нарезанные ломтиками, лимон и гарнируют. Соус подают отдельно или поливают им рыбу.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – белый основной, паровой, белое вино, томатный.

507. Рыба (семейства осетровых) припущенная

Осетр	311	154	248	123	188	93
или севрюга	290	154	232	123	175	93
или белуга	306	154	244	123	185	93
Из полуфабрикатов (звеньев):						
Осетр, или севрюга, или белуга	171	154	137	123	103	93
Лук репчатый	6	5	5	4	4	3
Петрушка (корень)	7	5	5	4	4	3
или сельдерей (корень)	7	5	6	4	4	3
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75
Шампиньоны свежие	53	40/28[1]	28	21/15[1]	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или грибы белые свежие	49	37/28[1]	26	20/15[1]	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Гарнир №№ 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 847, 853, 855		75	—	75		50
Выход	—	385	—	340	—	275

[1] Масса вареных грибов.

Порционные куски рыбы с кожей без хрящей кладут в рыбный котел с решеткой в один ряд, подливают горячий бульон или воду, добавляют лук репчатый, коренья, соль, специи и, закрыв посуду крышкой, припускают до готовности при температуре 85-90 °С. За 10 мин до окончания варки добавляют лавровый лист.

При отпуске на рыбу кладут готовые грибы, нарезанные ломтиками, лимон и гарнируют, соус подают отдельно или поливают им рыбу. На рыбу можно положить нарезанные ломтиками вареные рыбные хрящи, прогретые в кипящем бульоне, по 5–10 г массой нетто на порцию, соответственно увеличив выход блюда.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – белый с каперсами, паровой, белое вино.

508. Рыба (непластованная кусками) припущенная

	I		II		III	
Скумбрия дальневосточная или судак	234	152	188	122	140	91
или щука (кроме морской)	262	152	210	122	157	91
или сом (кроме океанического)	245	152	197	122	147	91
или окунь морской[1]	183	152	147	122	110	91
или камбала-ерш северная	240	149	192	119	144	89
или бельдюга океаническая[1]	171	162	137	130	102	97
или минтай	253	152	203	122	152	91
Из полуфабрикатов:						
Окунь морской	158	152	127	122	95	91
или камбала-ерш северная	155	149	124	119	93	89
или скумбрия дальневосточная	160	152	128	122	96	91
Лук репчатый	6	5	5	4	4	3
Петрушка (корень)	7	5	5	4	4	3
или сельдерей (корень)	7	5	6	4	4	3
Масса припущенной рыбы		125	-	100	—	75
Шампиньоны свежие	53	40/28[2]	28	21/15[2]	—	—
или грибы белые свежие	49	37/28[2]	26	20/15[2]	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Гарнир №№ 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 843, 853, 855, 857	—	75	—	75	—	50
Выход	—	385	—	340	—	275

[1] Нормы закладки даны на окунь морской и бельдюгу океаническую потрошеные обезглавленные.

[2] Масса вареных грибов.

Обработанную непластованную рыбу нарезают на порционные куски. Припускают и отпускают ее так же, как описано в рец. № 506.

509. Рыба припущенная с соусом белое вино

	I		II		III	
Судак	298	152	239	122	—	—
или форель (кроме морской)	249	152	200	122	—	—
или осетр	311	154	248	123	—	—
или севрюга	290	154	232	123	—	—
или белуга	306	154	244	123	—	

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Из полуфабрикатов (звеньев):						
Осетр, или севрюга, или белуга	171	154	137	123	—	—
Лук репчатый	6	5	5	4	—	—
Петрушка (корень)	7	5	5	4	—	—
или сельдерей (корень)	7	5	6	4	—	—
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	—
Шампиньоны свежие	53	40/28[1]	28	21/15[1]	—	—
или грибы белые свежие	49	37/28[1]	26	20/15[1]	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Гренки № 1107	—	—	—	20	—	—
Крутон № 1113	—	40	—	—	—	—
Гарнир №№ 757, 765	—	150	—	150	—	—
Соус № 855	—	75	—	75	—	—
Выход	—	425	—	360	—	—

[1] Масса вареных грибов.

Рыбу, нарезанную на порционные куски с кожей без костей или на порционные куски с кожей без хрящей, предварительно ошпаренные, припускают, как описано в рец. № 506 и 507.

При отпуске на гренок из пшеничного хлеба или крутон из слоеного теста кладут кусок припущенной рыбы, на нее – нарезанные ломтиками вареные грибы, поливают соусом, оформляют ломтиком лимона. Форма гренка или крутона должна соответствовать куску рыбы.

Гарниры – картофель отварной, овощи отварные с жиром.

Соус – белое вино.

510. Рыба припущенная с соусом белым с рассолом

Осетр	311	154	248	123	188	93
или севрюга	290	154	232	123	175	93
или белуга	306	154	244	123	185	93
или ледяная рыба	325	156	260	125	196	94
или скумбрия азово-черноморская	258	152	207	122	154	91
или хек тихоокеанский	317	152	254	122	190	91
или окунь морской[1]	217	152	174	122	130	91
или треска[1]	200	152	161	122	120	91
или ставрида океаническая	330	152	265	122	198	91
Из полуфабрикатов:						
Ледяная рыба	190	156	152	125	115	94
или окунь морской	179	152	144	122	107	91
или треска	175	152	140	122	105	91
или макрурус	171	154	137	123	103	93
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Окунь морской	162	152	130	122	97	91
или ставрида океаническая, или треска	158	152	127	122	95	91
Лук репчатый	6	5	5	4	4	3
Петрушка (корень)	7	5	5	4	4	3
или сельдерей (корень)	7	5	6	4	4	3
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Огурцы соленые	58	35/30[2]	48	29/25[2]	40	24/20[2]
Шампиньоны свежие	53	40/28[3]	28	21/15[3]	—	—
или грибы белые свежие	49	37/28[3]	26	20/15[3]	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Гарнир №№ 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус № 856	—	75	—	75	—	50
Выход	—	415	—	365	—	295

[1] Нормы закладки даны на окунь морской и треску потрошеные обезглавленные.
[2] Масса готовых огурцов соленых.
[3] Масса вареных грибов.

Рыбу семейства осетровых, разделанную на порционные куски с кожей без хрящей, и рыбу с костным скелетом, разделанную на филе с кожей без костей, припускают в бульоне с добавлением процеженного огуречного рассола, лука репчатого, сельдерея или петрушки, специй. Соленые огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ломтиками и припускают до готовности. Грибы отваривают.

При отпуске на рыбу кладут подготовленные грибы, нарезанные ломтиками, огурцы соленые, поливают соусом белым с рассолом, сверху – ломтик очищенного лимона, гарнируют.

К блюду из рыб семейства осетровых можно добавлять хрящи 25, 15 г по I и II колонкам, при этом увеличивается выход блюда.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соус – белый с рассолом.

511. Рыба по-русски

Осетр	311	154	248	123	188	93
или севрюга	290	154	232	123	175	93
или белуга	306	154	244	123	185	93
или судак	298	152	239	122	178	91
или ставрида океаническая	330	152	265	122	198	91
или треска[1]	200	152	161	122	120	91
или окунь морской[1]	217	152	174	122	130	91
или кабан-рыба	317	149	253	119	189	89
или налим морской[1]	222	162	178	130	133	97
Из полуфабрикатов:						
Макрель Индийского океана	165	140	132	112	99	84
или судак	197	152	158	122	118	91
или треска	175	152	140	122	105	91
или окунь морской	179	152	144	122	107	91
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Судак	165	152	133	122	99	91
или ставрида океаническая, или треска	158	152	127	122	95	91
или окунь морской	162	152	130	122	97	91
или макрель Индийского океана	157	151	125	120	94	90
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75
Морковь	10	8	8	6	5	4
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	9	7	8	6	5	4
Огурцы соленые	15	9/8[2]	12	7/6[2]	10	6/5[2]
Шампиньоны свежие	18	14/10[3]	14	11/8[3]	12	9/6[3]
или грибы белые свежие	17	13/10[3]	14	11/8[3]	11	8/6[3]

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Каперсы	10	5	8	4	6	3
Маслины	15	10	12	8	—	—
Соус № 857	—	75	—	75	—	50
Масса соуса с наполнителем	—	100	—	100	—	60
Гарнир № 757	—	150	—	150	—	150
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход	—	382	—	350	—	285

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, налим морской потрошеные обезглавленные.

[2] Масса готовых огурцов соленых.

[3] Масса вареных грибов.

Порционные куски рыбы с кожей без хрящей или с кожей без костей припускают. Приготавливают гарнир для соуса: морковь и петрушку нарезают мелкими брусочками и припускают. Грибы отваривают и нарезают ломтиками. Огурцы соленые очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ломтиками и припускают. Лук режут полукольцами и ошпаривают, каперсы отжимают от рассола, у маслин удаляют косточки. Подготовленные продукты смешивают, кладут в томатный соус и доводят до кипения. Вместо маслин можно использовать оливки.

Хрящи можно добавлять к блюду из рыб семейства осетровых – 25, 15, 10 г соответственно колонкам, при этом увеличивается и выход.

При отпуске рыбу поливают соусом, сверху кладут ломтик лимона, гарнируют.

Гарнир - картофель отварной.

Соус – томатный.

512. Рыба, припущенная в молоке

	I		II		III	
Ледяная рыба	325	156	260	125	196	94
или сазан, или карп	310	152	249	122	186	91
или судак	298	152	239	122	178	91
или треска[1]	200	152	161	122	120	91
или скумбрия дальневосточная	281	152	226	122	169	91
Из полуфабрикатов:						
Ледяная рыба	190	156	152	125	115	94
или сазан	192	152	154	122	115	91
или карп	205	152	165	122	123	91
или судак	197	152	158	122	118	91
или треска	175	152	140	122	105	91
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Судак	165	152	133	122	99	91
или ставрида океаническая, или треска	158	152	127	122	95	91
Молоко	50	50	50	50	30	30
Лук репчатый	36	30	36	30	24	20
Масло растительное	12	12	10	10	7	7
Масса припущенной рыбы с луком и молоком	—	175	—	150	—	100
Гарнир №№ 757, 759	—	150	—	150	—	150
Выход	—	325	—	300	—	250

[1] Нормы закладки даны на треску потрошеную обезглавленную.

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, перекладывают луком, нарезанным полукольцами, заливают молоком, добавляют масло растительное, перец черный горошком и припускают 20–25 мин.

Отпускают рыбу с соусом, в котором она припускалась, гарнируют.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

513. Филе из рыбы фаршированное

Судак	245	125	196	100	147	75
или окунь морской[1]	179	125	143	100	107	75
или сазан	255	125	204	100	153	75
или треска[1], или мерланг[1]	164	125	132	100	99	75
или кабан-рыба	266	125	213	100	160	75
Из полуфабрикатов:						
Судак	162	125	130	100	97	75
или треска	144	125	115	100	86	75
или окунь морской	147	125	118	100	88	75
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Судак	136	125	109	100	82	75
или треска	130	125	104	100	78	75
или окунь морской	133	125	106	100	80	75
или нототения мраморная	132	125	105	100	79	75
Фарш:						
Яйца	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8
Грибы белые сушеные	8	16[2]	6	12[2]	5	10[2]
или шампиньоны свежие	30	23/16[2]	22	17/12[2]	18	14/10[2]
Лук репчатый	31	26/13[3]	24	20/10[3]	19	16/8[3]
Маргарин столовый	7	7	5	5	4	4
Соус:						
Мука	4	4	3	3	2	2
Молоко	23	23	18	18	14	14
Масса полуфабриката	—	190	—	150	—	115
Масса припущенного изделия	—	155	—	125	—	95
Гарнир №№ 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 857, 864	—	75	—	50	—	50
Креветки сыромороженые неразделанные (целые)	42	10[4]	21	5[4]	—	—
Выход: без креветок	—	380	—	325	—	295
с креветками	—	390	—	330	—	—

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, треску, мерланг потрошеные обезглавленные.
[2] Масса вареных грибов.
[3] Масса лука пассерованного.
[4] Масса отварных, разделанных на мякоть креветок.

Порционные куски из филе рыбы с кожей без костей подготавливают так, чтобы в них можно было завернуть фарш и придать изделию форму голубца. Для приготовления фарша с порционных кусков срезают 1/4 часть мякоти рыбы и пропускают через мясорубку, затем добавляют лук пассерованный, мелко нарезанные вареные грибы и яйца, соль, перец, все соединяют с подготовленным соусом. Сформованные изделия припускают 20–25 мин с добавлением специй и лаврового листа за 5–10 мин до готовности.

При отпуске рыбу поливают соусом, оформляют креветками, гарнируют. Можно отпускать блюдо без креветок.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – томатный, сметанный с томатом.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

514. Судак или щука, фаршированные (целиком)

Судак	178	91	143	73	106	54
или щука (кроме морской)	198	91	159	73	117	54
Хлеб пшеничный	17	17	14	14	10	10
Молоко или вода	20	20	15	15	12	12
Лук репчатый	48	40/20[1]	36	30/15[1]	29	24/12[1]
Маргарин столовый	8	8	7	7	5	5
Яйца	1/10 шт.	4	1/10 шт.	4	1/20 шт.	2
Чеснок	1	0,8	1	0,8	0,5	0,4
Масса полуфабриката	—	156	—	125	—	94
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 757, 759, 765, 766	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 857, 858, 863	—	75	—	75	—	50
Выход	—	350	—	325	—	275

[1] Масса лука пассерованного.

Судака или щуку очищают от чешуи, потрошат, отделяют голову и промывают. Затем изнутри тушки надрезают реберные кости и отделяют их вместе с хребтовой костью, не прорезая кожи.

После этого срезают мякоть, оставляя ее на коже слоем 0,5–1 см. Срезанную мякоть используют для приготовления фарша.

Для фарша: мякоть рыбы, пассерованный лук, чеснок, размоченный в воде или молоке пшеничный хлеб (из муки не ниже I сорта), пропускают через мясорубку, добавляют размягченный маргарин, яйца, соль, молотый перец и все тщательно перемешивают. Тушку наполняют фаршем, придают ей форму целой рыбы и припускают в течение 15–20 мин с добавлением специй и лаврового листа за 5–10 мин до готовности.

Щуку для фарширования можно обработать и другим способом. Ее очищают от чешуи, промывают, надрезают кожу вокруг головы и осторожно, чтобы не порвать, снимают ее целиком по направлению от головы к хвосту. Позвоночник надламывают так, чтобы хвостовой плавник остался при снятой коже. Таким образом получают кожу с хвостом и мякоть рыбы с костями и головой. После этого удаляют голову, разрезают брюшко, удаляют внутренности и отделяют мякоть от реберных костей и позвоночника. Мякоть используют для фарша. Снятую с рыбы кожу заполняют фаршем и придают изделию форму целой рыбы. Отверстие, через которое фаршировалась рыба, завязывают или зашивают.

Рыбу подают целиком или нарезают на порции. При отпуске рыбу гарнируют, поливают соусом.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи припущенные с жиром.

Соусы – томатный, томатный с овощами, сметанный.

515. Сазан, карп, треска (непластованные кусками) фаршированные[1]

Сазан	229	135	183	108	—	—
или карп	214	135	171	108	—	—
или треска[2]	155	135	124	108	—	—
Хлеб пшеничный	5	5	4	4	—	—
Молоко или вода	6	6	5	5	—	—
Лук репчатый	17	14/7[3]	12	10/5[3]	—	—

[1] Кроме указанных рыб для фарширования можно использовать кабан-рыбу, клыкач, пристипому, скваму, горбушу, зубан, мерланг, налим морской, окунь морской.

[2] Нормы закладки даны на треску потрошеную обезглавленную.

[3] Масса лука пассерованного.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый	4	4	3	3	-	—
Яйца	1/10 шт.	4	1/10 шт.	4	—	—
Чеснок	0,5	0,4	0,3	0,2	—	—
Масса полуфабриката	—	156	—	125	—	—
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	—
Гарнир №№ 757, 759, 765, 766	—	150	—	150	—	—
Соус №№ 857, 858, 863	—	75	—	75	—	—
Выход	—	350	—	325	—	—

Подготовленную непластованную рыбу нарезают на порционные куски. Из каждого куска вырезают мякоть, не повреждая кожу и оставляя позвоночник. Приготавливают фарш (рец. № 514), наполняют им куски и припускают в течение 15–20 мин.

При отпуске рыбу гарнируют, поливают соусом.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром.

Соусы – томатный, томатный с овощами, сметанный.

516. Палав «Каспий» (плов с рыбой) (туркменское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Осетр	248	123
или судак	239	122
Масса вареной рыбы	—	100
Крупа рисовая	57	57
Бульон рыбный	120	120
Масса готового риса	—	160
Лук репчатый	107	90/45[1]
Масло растительное	40	40
Шафран	0,05	0,05
Петрушка или укроп (зелень)	7	5
Выход	—	305

[1] Масса лука пассерованного.

Осетр (порционные куски с кожей без хрящей) или судак (филе с кожей без костей) нарезают кубиками массой 40 г, припускают; полученный бульон используют для приготовления плова. Лук репчатый, нарезанный мелкими кубиками, пассеруют на растительном масле, добавляют крупу рисовую, заливают бульоном рыбным и варят до готовности.

При подаче рис окрашивают настоем шафрана (0,05 г шафрана на 30 г кипяченой воды), сверху укладывают куски рыбы и посыпают мелко нарезанной зеленью. Блюдо можно отпускать и без шафрана.

РЫБА ТУШЕНАЯ

Тушеная рыба отличается приятным вкусом, так как готовят ее с добавлением кореньев, лука репчатого, томатного пюре и т.д.

Для придания рыбе особого аромата и вкуса за 10–15 мин до окончания тушения добавляют специи и пряности из следующего расчета на порцию: соли – 3 г, перца черного горошком – 0,01 г, лаврового листа – 0,01 г, гвоздики – 0,01 г, корицы – 0,01 г. Тушеную рыбу отпускают вместе с овощами, с которыми она тушилась.

В тушеном виде целесообразнее приготовлять соленую рыбу или свежую мелкую, так как довольно сухая и жесткая мякоть соленой рыбы в процессе тушения размягчается и становится более сочной, а у мелкой рыбы при длительном тушении размягчаются и кости.

Для тушения используется сырая или предварительно обжаренная рыба. При тушении обжаренной рыбы вкусовые качества блюда повышаются.

В рецептурах указана рыба, разделанная на филе с кожей и реберными костями и филе с кожей без костей.

517. Рыба, тушенная в томате с овощами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Судак	298	152	239	122	178	91
или треска[1]	200	152	161	122	120	91
или окунь морской[1]	217	152	174	122	130	91
или сазан	310	152	249	122	186	91
или зубатка пятнистая (пестрая)[1]	232	151	185	120	138	90
или кабан-рыба	317	149	253	119	189	89
или минтай	308	154	246	123	186	93
или ледяная рыба	325	156	260	125	196	94
Из полуфабрикатов:						
Судак	197	152	158	122	118	91
или треска	175	152	140	122	105	91
или окунь морской	179	152	144	122	107	91
или зубатка пятнистая (пестрая)	182	151	145	120	108	90
или ледяная рыба	190	156	152	125	115	94
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Судак	165	152	133	122	99	91
или треска	158	152	127	122	95	91
или окунь морской	162	152	130	122	97	91
или зубатка пятнистая (пестрая)	157	151	125	120	94	90
или хек серебристый	182	164	147	132	110	99
Вода или бульон	46	46	37	37	27	27
Морковь	45	36	45	36	34	27
Петрушка (корень)	8	6	8	6	5	4
Сельдерей (корень)	4	3	3	2	3	2
Лук репчатый	20	17	19	16	15	13
Томатное пюре	20	20	20	20	15	15
Масло растительное	10	10	10	10	8	8
Уксус 3%-ный	5	5	5	5	4	4
Сахар	3,5	3,5	4	4	2,5	2,5
Гвоздика	0,01	0,01	0.01	0,01	0,007	0,007
Корица	0,01	0.01	0,01	0,01	0.007	0.007
Лавровый лист	0,01	0,01	0,01	0,01	0,007	0,007
Масса тушеной рыбы	- -	125		100	--	75
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом	-	225	-	200	--	150
Гарнир №№ 757, 759, 779 781	-	150	-	150	- -	150
Выход		375	—	350	-	300

[1]Нормы закладки даны на треску, окунь морской, зубатку пятнистую (пеструю) потрошеные обезглавленные.

Порционные куски рыбы нарезают из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, уксус, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45–60 мин); за 5–7 мин до окончания тушения добавляют перец и лавровый лист.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, рагу овощное.

518. Рыба соленая, тушенная в томате с овощами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Треска[1]	—	—	154	120	115	90
или зубатка пятнистая (пестрая)[1]	—	—	197	120	148	90
или окунь морской[1]	—	—	158	120	118	90
или сом (кроме океанического)[1]	—	—	171	120	129	90
Из полуфабрикатов:						
Зубатка пятнистая (пестрая)	—	—	133	120	100	90
или сом (кроме океанического)	—	—	136	120	102	90
Вода или бульон	—	—	36	36	27	27
Морковь	—	—	45	36	34	27
Петрушка (корень)	—	—	8	6	5	4
Сельдерей (корень)	—	—	3	2	3	2
Лук репчатый	—	—	19	16	15	13
Томатное пюре	—	—	20	20	15	15
Масло растительное	—	—	10	10	8	8
Уксус 3%-ный	—	—	5	5	4	4
Сахар	—	—	4	4	2,5	2,5
Гвоздика	—	—	0,01	0,01	0,007	0,007
Корица	—	—	0,01	0,01	0,007	0,007
Лавровый лист	—	—	0,01	0,01	0,007	0,007
Масса тушеной рыбы	—	—	—	100	—	75
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом	—	—	—	200	—	150
Гарнир №№ 757, 759, 779–781	—	—	—	150	—	150
Выход	—	—	—	350	—	300

[1]Нормы закладки даны на треску, окунь морской потрошеные обезглавленные, сом (кроме океанического), зубатку пятнистую (пеструю) потрошеные с головой.

Предварительно вымоченную рыбу нарезают на филе с кожей и реберными костями, приготавливают и отпускают, как указано в рец. № 517.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, рагу овощное.

РЫБА ЖАРЕНАЯ

Для жаренья можно использовать рыбу всех видов. Рыбу жарят с небольшим количеством жира, а также в большом количестве жира (во фритюре), на вертеле или на решетке.

Рыбу для жаренья разделывают на филе с реберными костями или без костей, с кожей и без нее, а также используют непластованную, нарезанную порционными кусками. Мелкую рыбу жарят целиком с головой или без головы, а рыбу семейства осетровых – звеном или порционными кусками.

Чтобы при жаренье у рыбы сохранить форму кусков, на поверхности кожи делают 2–3 надреза ножом. Рыбу, подготовленную для жаренья с небольшим количеством жира, посыпают солью, перцем и перед началом жаренья панируют в пшеничной муке не ниже 1-го сорта, кладут на разогретые с жиром противень или сковороду, обжаривают с двух сторон до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу. Продолжительность жаренья рыбы 10–20 мин.

Для жаренья рыбы во фритюре филе без кожи и костей нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в муке, затем смачивают в льезоне * и панируют в сухарях пшеничных.

Рыбу полностью погружают в жир, нагретый до 180–190°С, жарят 3–5 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу. Соотношение жира и полуфабриката не менее 4:1.

Жарят рыбу на масле растительном, кулинарном жире (фритюрном) или сале растительном. Для холодных блюд рыбу жарят только на растительном масле.

Для жаренья рыбы во фритюре применяют масла растительные рафинированные – подсолнечное, хлопковое, соевое, арахисовое, кулинарный жир (фритюрный – пищевой саломас из растительных масел, сало растительное – смесь пищевого саломаса и растительного масла).

Отпускают рыбу жареную с картофелем жареным, отварным, пюре картофельным, кашами рассыпчатыми, овощами тушеными. Дополнительно к гарниру можно дать огурцы, помидоры свежие, соленые, маринованные, салат из капусты (50 г массой нетто на порцию).

При отпуске рыбу жареную поливают жиром или к ней подают соус (отдельно или подливают его к рыбе), кладут ломтик лимона.

Мелкая рыба указана целиком с головой и без нее.

---

* Для приготовления льезона (1000 г) яйца или меланж (670 г) смешивают с холодной водой (340 г), взбивают, процеживают и добавляют соль (10 г).

519. Рыба жареная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Зубатка пятнистая (пестрая)[1]	207	149	165	119	124	89
или капитан-рыба	296	160	235	127	176	95
или карп	281	149	225	119	168	89
или мерланг[1], или треска[1]	194	149	155	119	116	89
или ставрида океаническая	296	145	237	116	176	86
или окунь морской[1]	204	149	163	119	122	89
Из полуфабрикатов:						
Зубатка пятнистая (пестрая)	166	149	132	119	99	89
или капитан-рыба	182	160	144	127	108	95
или окунь морской	171	149	137	119	102	89
или треска	169	149	135	119	101	89
или щука (кроме морской)	171	145	136	116	101	86
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Масло растительное	8	8	6	6	5	5
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 757, 759, 760, 761, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 857, 858	—	—	—	75	—	50
или масло сливочное или маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход: с жиром	—	292	—	257	—	230
с соусом	—	—	—	325	—	275

[1]Нормы закладки даны на зубатку пятнистую (пеструю), мерланг, окунь морской, треску потрошеные обезглавленные.

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей и реберными костями, посыпают солью, перцем, панируют в муке, кладут на разогретые с жиром противень или сковороду, жарят с двух сторон до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный, овощи отварные с жиром.

Соусы – красный основной, томатный, томатный с овощами.

520. Рыба, жаренная целиком

Ставрида азово-черноморская	175	149	140	119	105	89
или скумбрия азово-черноморская	173	149	138	119	103	89

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или навага (кроме дальневосточной)	189	151	151	121	113	90
или мелочь 1-й группы	199	149	159	119	119	89
или мелочь 2-й группы	204	149	163	119	122	89
или сардины мексиканские, марокканские	196	145	157	116	116	86
или мойва (мелочь 3-й группы)	154	151	123	121	92	90
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Масло растительное	8	8	6	6	5	5
Масса жареной рыбы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 757, 759, 761, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 857, 858	—	—	—	75	—	50
или маргарин столовый или масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход: с жиром	—	292	—	257	—	230
с соусом	—	—	—	325	—	275

Рыбу, обработанную целой тушкой с головой (без жабер), посыпают солью, перцем черным молотым, панируют в муке, жарят и отпускают, как указано в рец. № 519.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный, овощи отварные с жиром.

Соусы – красный основной, томатный, томатный с овощами.

521. Рыба (семейства осетровых) жареная

Осетр	337	149	269	119	201	89
или севрюга	313	149	250	119	187	89
или белуга	331	149	264	119	198	89
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Кулинарный жир или масло растительное	8	8	6	6	5	5
Масса жареной рыбы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 757, 760, 761	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход	—	292	—	257	—	230

Порционные куски, нарезанные от подготовленного звена без кожи и хрящей, дополнительно ошпаривают, промывают и обсушивают, солят, посыпают перцем, панируют в муке, жарят и отпускают, как указано на с. 237–238.

Гарниры – картофель отварной, картофель жареный.

522. Рыба жареная с луком по-ленинградски

Треска[1]	194	149	155	119	116	89
или окунь морской[1]	204	149	163	119	122	89
или скумбрия дальневосточная	261	149	209	119	156	89
или судак, или хек серебристый	264	145	211	116	156	86
или ставрида океаническая	296	145	237	116	176	86
Из полуфабрикатов:						
Треска	169	149	135	119	101	89

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
или окунь морской	171	149	137	119	102	89
или судак	173	145	138	116	102	86
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Масло растительное	8	8	6	6	5	5
Масса рыбы жареной	-	125	—	100	-	75
Лук, жаренный во фритюре № 783	—	40	—	35	—	30
Гарнир №№ 760, 761	—	150	—	150	-	150
Выход	—	315	—	285	—	255

[1]Нормы закладки даны на треску и окунь морской потрошеные обезглавленные

Филе рыбы с кожей и реберными костями нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в муке и жарят с обеих сторон, затем доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске вокруг рыбы кладут нарезанный кружками обжаренный картофель, сверху рыбы укладывают лук, жаренный во фритюре.

523. Рыба жареная с гречневой кашей и сметанным соусом

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Кабан-рыба	221	137	176	109	131	81
или судак	223	145	178	116	132	86
или мерланг[1]	164	149	131	119	98	89
или бельдюга океаническая[1]	157	149	125	119	94	89
или терпуг	215	140	172	112	128	83
или скумбрия дальневосточная	229	149	183	119	137	89
Из полуфабрикатов:						
Скумбрия дальневосточная	157	149	125	119	94	89
или камбала-ерш северная	146	140	117	112	86	83
или макрель Индийского океана	146	142	116	113	87	84
или макрурус	151	145	121	116	90	86
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Кулинарный жир	8	8	6	6	5	5
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	75
Гарнир № 744	—	150	—	150	—	150
Соус № 863	—	75	-	75	—	50
Выход	—	350	—	325	—	275

[1]Нормы закладки даны на мерланг, бельдюгу океаническую потрошеные обезглавленные.

Порционные куски, нарезанные из непластованной рыбы, посыпают солью, перцем, панируют в муке и жарят, как указано в рец. № 519.

При отпуске кладут кашу гречневую рассыпчатую, на нее обжаренную рыбу, сверху поливают соусом сметанным.

524. Рыба (семейства осетровых), жаренная звеном

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Осетр	271	149	216	119	162	89
или севрюга	253	149	202	119	151	89
Сметана	6	6	5	5	4	4
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	3	3	3	3
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 760, 761	—	150	—	150	—	150

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
или соус № 857	—	75		75		50
или № 887	—	50	–	50		30
Лимон	8	7	-			
Выход: с жиром	—	292		257		230
с соусом № 857	—	357	-	325	–	275
с соусом № 887	—	332		300		255

Подготовленные некрупные звенья рыбы с кожей без хрящей посыпают солью, укладывают кожей вниз на смазанный жиром противень, смазывают сметаной, жарят в жарочном шкафу в течение 30–50 мин. Во время жаренья рыбу периодически поливают выделившимся соком. При отпуске звено нарезают на порции, поливают жиром или отдельно подают соус, гарнируют, оформляют ломтиком лимона.

Гарнир – картофель жареный.

Соусы – томатный, майонез с корнишонами.

525. Рыба, жаренная во фритюре

Осетр	249	110	199	88	145	64
или севрюга	231	110	185	88	134	64
или белуга	244	110	195	88	142	64
или судак	240	115	192	92	140	67
или окунь морской[1]	174	115	139	92	102	67
или сом (кроме океанического)	262	118	211	95	153	69
или капитан-рыба	290	122	233	98	171	72
Из полуфабрикатов:						
Осетр, или севрюга, или белуга	138	110	110	88	80	64
или судак	160	115	128	92	93	67
или окунь морской	142	115	114	92	83	67
или сом (кроме океанического)	146	118	117	95	85	69
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Яйца	1/6 шт.	7	1/7 шт.	6	1/8 шт.	5
Сухари	20	20	15	15	12	12
Кулинарный жир	12	12	10	10	7	7
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	-	75
Гарнир №№ 760, 761	—	150	—	150	—	150
Соус № 857	—	75	—	75	- -	50
или №№ 884, 887	—	50	—	50	- -	30
или масло сливочное, или маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
Лимон	8	7	—	—	-	—
Выход: с соусом № 857	—	357	-	325	- -	275
с соусом №№ 884, 887	—	332	—	300	- -	255
с жиром	—	292	—	257	--	230

[1]Нормы закладки даны на окунь морской потрошеный обезглавленный.

Рыбу семейства осетровых нарезают от подготовленных звеньев без кожи и хрящей и дополнительно ошпаривают. Рыбу с костным скелетом нарезают на порционные куски из филе без кожи и костей.

Подготовленные куски рыбы посыпают солью, перцем черным молотым, панируют в муке, смачивают в льезоне (с. 238), панируют в сухарях и жарят во фритюре.

Гарнир – картофель жареный.

Соусы – томатный, майонез, майонез с корнишонами.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

526. Рыба жареная с зеленым маслом

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Судак	240	115	192	92	—	—
или осетр	249	110	199	88	—	—
или севрюга	231	110	185	88	—	—
или белуга	244	110	195	88	—	—
Мука пшеничная	7	7	6	6	—	—
Яйца	1/6 шт.	7	1/7 шт.	6	—	—
Сухари	20	20	15	15	—	—
Кулинарный жир	12	12	10	10	—	—
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	—
Масло зеленое № 879	15	15	10	10	—	—
Гарнир №№ 760, 761	—	150	—	150	—	—
Соус № 857	—	100	—	75	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход	—	397	—	335	—	—

Рыбу жарят во фритюре, как указано в рец. № 525. Перед подачей на рыбу кладут кусочек зеленого масла, а рядом ломтик лимона, гарнируют, соус подают отдельно.

Гарнир – картофель жареный.

Соус – томатный.

527. Килька, хамса, тюлька, жаренные во фритюре

	БРУТТО	НЕТТО
Килька, или хамса, или тюлька	1359	1250
Мука пшеничная	85	85
Масса полуфабриката	—	1333
Масло растительное	120	120
Соль	20	20
Выход	—	1000

Мелкую рыбу тщательно моют, посыпают солью, перцем, панируют в муке и жарят во фритюре.

528. Рыба, жаренная грилье

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Лосось каспийский, куринский	274	156	219	125	—	—
или судак	317	152	254	122	—	—
или осетр	344	152	276	122	—	—
или севрюга	319	152	256	122	—	—
или белуга	337	152	271	122	—	—
Из полуфабрикатов:						
Лосось каспийский, куринский	193	156	154	125	—	—
или судак	211	152	169	122	—	—
Масло растительное	8	8	6	6	—	—
Кислота лимонная	0,5	0,5	0,2	0,2	—	—
Петрушка (зелень)	8	6	5	4	—	—
Масса рыбы жареной		125	—	100	—	—
Гарнир №№ 760, 761	—	150	—	150	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	7	7	-	—
или соус № 887	—	50	—	50	-	—
Выход: с жиром	—	285	—	257		–
с соусом	—	325	—	300	-	—

Рыбу с костным скелетом, нарезанную из филе без кожи и костей, или порционные куски рыб семейства осетровых без кожи и хрящей маринуют с добавлением растительного масла, кислоты лимонной, перца, соли, нарезанной зелени петрушки в течение 10–20 мин.

Подготовленную рыбу обжаривают с обеих сторон на решетке гриля.

Гарнир – картофель жареный.

Соус – майонез с корнишонами.

529. Рыба, жаренная на вертеле

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Осетр	344	152	276	122		
или севрюга	319	152	256	122		--
или белуга	337	152	271	122		--
Маргарин столовый	5	5	4	4		—
Масса рыбы жареной	—	125	—	100		-
Гарнир:						
Помидоры свежие	100	85	100	85		-
Лук репчатый	30	25	24	20		—
Лук зеленый	38	30	31	25		-
Лимон	22	20	18	16	-	
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	4	4	—	–
Выход	—	290	—	250		

Рыбу без кожи и хрящей нарезают по 2–4 куска на порцию, ошпаривают, промывают, посыпают солью, перцем, нанизывают на шпажки, смазывают жиром и жарят на мангале или в электрогриле (10-15 мин).

На гарнир отпускают помидоры целиком, лук репчатый, нарезанный кольцами, лук зеленый, нарезанный кусочками по 4–5 см, лимон – дольками. Кроме того, на гарнир можно подать картофель, жаренный во фритюре.

Непосредственно перед жареньем рыбу можно перемешать с натертым репчатым луком (8–10 г нетто на порцию), перцем и солью.

530. Рыба в тесте жареная

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Судак	192	92	140	67		–
или осетр	199	88	145	64	-	-
или севрюга	185	88	134	64		--
или белуга	195	88	142	64		--
Кислота лимонная	0,5	0,5	0,2	0,2		
Масло растительное	3	3	2	2		
Петрушка (зелень)	4	3	3	2		
Мука пшеничная	40	40	30	30	-	-
Молоко или вода	40	40	30	30		- -
Масло растительное	2	2	2	2	-	-
Яйца	1 шт.	40	3/4 шт.	30	-	--
Кулинарный жир	20	20	15	15		—
Масса теста	—	120	—	90		—
Масса рыбы в тесте жареной	—	200	—	150	—	

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус № 857	-	75	—	75	—	—
или № 887	—	50	—	50	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход: с соусом № 857	—	282	—	225	—	—
с соусом № 887	-	257	—	200	—	—

Филе без кожи и костей (рыба с костным скелетом) или порционные куски без кожи и хрящей (рыба семейства осетровых) нарезают на кусочки толщиной 1–1,5 см и длиной 5–6 см. Затем рыбу маринуют 20–30 мин в растительном масле, смешанном с кислотой лимонной, солью, перцем черным молотым и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Просеянную муку разводят теплым молоком или водой с температурой 20–30°С, размешивают, чтобы не было комков, добавляют немного растительного масла, желтки яиц, соль и оставляют на 10–15 мин для набухания клейковины. Перед жареньем в тесто вводят взбитые белки и размешивают. Подготовленную рыбу при помощи поварской иглы погружают в тесто и жарят в жире (фритюре), нагретом до 180–190°С.

При отпуске рыбу кладут в виде пирамиды, рядом – ломтики лимона. Соус подают отдельно.

Соусы томатный, майонез с корнишонами.

531. Поджарка из рыбы

Осетр	337	149	269	119	—	—
или севрюга	313	149	250	119	—	—
или белуга	331	149	264	119	—	—
или ледяная рыба		—	258	116	191	86
или мерлан[1]		—	165	119	124	89
или сугак		—	242	116	179	86
Мука пшеничная	10	10	8	8	6	6
Лук репчатый	95	80/40[2]	71	60/30[2]	48	40/20[2]
Маргарин столовый	25	25	15	15	10	10
Масса рыбы жареной		125	—	100	—	75
Гарнир №№ 760, 762, 765		150	—	150	—	150
Выход	-	315	—	280	—	245

[1]Нормы заклад[illegible] а мерлан потрошеный обезглавленный.
[2]Масса лука пас[illegible]

Порционные куски без кожи и хрящей (рыба семейства осетровых) или филе без кожи и костей (рыба с костным скелетом) нарезают по 3–5 кусочков на порцию, посыпают солью и перцем, панируют в муке и жарят вместе с мелко нарезанным луком.

При отпуске жареные кусочки рыбы с луком гарнируют.

Гарниры: картофель жареный, овощи отварные с жиром.

532. Зразы донские

Судак	302	145	248	119	179	86
или сом (кроме океанического)	322	145	264	119	191	86
или окунь морской[1]	220	145	180	119	130	86
или треска[1]	199	145	163	119	118	86
или хек тихоокеанский	330	145	270	119	195	86
или ледяная рыба	322	145	264	119	191	86
или мерлан[1]	201	145	165	119	119	86
или осетр	328	145	269	119	—	—
или севрюга	305	145	250	119	—	—
или белуга	322	145	264	119	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Из полуфабрикатов:						
Судак	201	145	165	119	119	86
или сом (кроме океанического),						
или окунь морской	179	145	147	119	106	86
или треска	171	145	140	119	101	86
или ледяная рыба	184	145	151	119	109	86
или макрурус	169	145	138	119	100	86
Фарш:						
Лук репчатый	50	42/21[2]	43	36/18[2]	36	30/15[2]
Маргарин столовый	7	7	6	6	5	5
Сухари	2	2	1,5	1,5	1,5	1,5
Яйца	1/4 шт.	10	1/3 шт.	13		--
Петрушка (зелень)	8	6	5	4	3	2
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Яйца (для льезона)	1/4 шт.	10	1/6 шт.	7	1/5 шт.	8
Хлеб пшеничный (для панировки)	20	20	18	18	12	12
Масса полуфабриката	--	215	—	180	-	125
Кулинарный жир	10	10	8	8	6	6
Масса жареных зраз	—	190	—	160		110
Гарнир №№ 744, 759, 760, 766	—	150	--	150		150
Масло сливочное	10	10	5	5	-	--
или маргарин столовый	—	--	5	5	5	5
Выход	—	350	--	315		265

[1]Нормы закладки даны на окунь морской, треску, мерланг потрошеные обезглавленные.
[2]Масса лука пассерованного.

Из подготовленного филе рыбы без кожи и костей или без кожи и хрящей нарезают тонкие широкие куски, слегка их отбивают в пласт толщиной 0,5–0,6 см, солят, посыпают перцем, а затем в них заворачивают фарш, придавая изделию продолговатую форму. Сформованные зразы панируют в муке, смачивают в льезоне (с. 238), панируют в белой панировке (натертом пшеничном хлебе) и жарят в жире.

Для фарша: лук шинкуют, слегка пассеруют, охлаждают, добавляют сухари пшеничные, яйца рубленые (кроме III колонки), измельченную зелень петрушки или укропа, соль, перец и все перемешивают.

Зразы отпускают по 1-2 шт. на порцию с гарниром, поливают жиром. К блюду можно подать соусы - томатный или майонез (75, 75 и 50 г или 50, 50 и 30 г соответственно по I, II и III колонкам).

Гарниры - каша гречневая рассыпчатая, пюре картофельное, картофель жареный, овощи припущенные с жиром.

РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ

Рыбу запекают сырой, припущенной или обжаренной с двух сторон с картофелем, рассыпчатой гречневой кашей, капустой тушеной под соусом (сметанным, молочным и др.). Изделия запекают в порционных сковородах и в них же подают к столу.

Запекают рыбу целой или нарезанной на порционные куски без костей, с кожей или без нее. Подготовленную рыбу кладут на смазанные жиром и политые соусом сковороды, укладывают соответствующий гарнир, заливают соусом, посыпают тертым сыром или сухарями, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°С до образования румяной корочки

При отпуске на рыбу кладут ломтик лимона, маслины и маринованные плоды.

Для запеченной рыбы потери при тепловой обработке приняты, как для жареной (в блюдах, где она предварительно обжаривается) или как для припущенной (в блюдах, где она запекается сырой или предварительно припущенной).

В рецептурах указана рыба, разделанная на филе с кожей без костей, нарезанная на куски от непластованной рыбы, мелкая рыба - целиком. Порционные куски осетра, севрюги, белуги запекают с кожей без хрящей, можно запекать и без кожи, соответственно изменив норму закладки.

При запекании потери составляют 10% от общей массы блюда.

В рецептурах на смазку порционных сковород и форм используют 2 г жира на порцию от нормы жира, предусмотренной рецептурой.

533. Рыба, запеченная с картофелем по-русски

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Окунь морской[1]	217	152	174	122	130	91
или треска[1]	200	152	161	122	120	91
или судак	298	152	239	122	178	91
или хек тихоокеанский	317	152	254	122	190	91
или мерланг[1]	200	152	161	122	120	91
или осетр	311	154	248	123	188	93
или севрюга	290	154	232	123	175	93
или белуга	306	154	244	123	185	93
Из полуфабрикатов:						
Окунь морской	179	152	144	122	107	91
или треска	175	152	140	122	105	91
или судак	197	152	158	122	118	91
Из филе, выпускаемого промышленностью						
Окунь морской	162	152	130	122	97	91
или судак	165	152	133	122	99	91
или хек тихоокеанский	169	152	136	122	101	91
или ставрида океаническая, или треска	158	152	127	122	95	91
Масса готовой рыбы	—	125	—	100	—	75
Картофель	206	206/150[2]	206	206/150[2]	206	206/150[2]
Соус № 854	—	150	—	125	—	100
Сыр	6,5	6	5,4	5	4,3	4
или сухари	5	5	4	4	3	3
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	11	11	8	8
Выход	—	400	—	350	—	300

[1]Нормы закладки даны на окунь морской, треску, мерланг потрошеные обезглавленные.
[2]Масса отварного очищенного картофеля.

Порционные куски сырой рыбы, нарезанные на филе с кожей без костей, или порционные куски рыб семейства осетровых с кожей без хрящей посыпают солью, перцем черным молотым, кладут на смазанную жиром сковороду, сверху кладут ломтики вареного картофеля, заливают соусом белым, посыпают сухарями или тертым сыром, поливают жиром и запекают в жарочном шкафу.

534. Рыба, запеченная с яйцом

Треска[1]	196	149	157	119	117	89
или зубатка пятнистая (пестрая)[1]	229	149	183	119	137	89
или скумбрия дальневосточная	276	149	220	119	165	89
или ледяная рыба	302	145	242	116	179	86
или судак	284	145	227	116	169	86
или ставрида океаническая	315	145	252	116	187	86

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Из полуфабрикатов:						
Треска	171	149	137	119	102	89
или зубатка пятнистая (пестрая)	180	149	143	119	107	89
или ледяная рыба	177	145	141	116	105	86
или судак	188	145	151	116	112	86
или макрель Индийского океана	167	142	133	113	99	84
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Треска, или зубатка пятнистая (пестрая)	155	149	124	119	93	89
или макрель Индийского океана	148	142	118	113	88	84
или ставрида океаническая	151	145	121	116	90	86
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Масло растительное	8	8	6	6	5	5
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	-	75
Мука пшеничная	5	5	4	4	3	3
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Лук репчатый	131	110	131	110	100	84
Масло растительное	12	12	9	9	5	5
Масса лука пассерованного	—	55	—	55	-	42
Картофель жареный № 760	—	150	—	150	-	150
Масса полуфабриката	—	350	—	324	-	277
Выход	—	315	—	290		250

[1]Нормы закладки даны на треску, зубатку пятнистую (пеструю) потрошеные обезглавленные

Порционные куски рыбы с кожей без костей посыпают солью, перцем, панируют в муке и жарят. Затем рыбу жареную укладывают на смазанную растительным маслом порционную сковороду, обкладывают картофелем, жаренным из вареного, на рыбу кладут лук пассерованный, сверху заливают смесью яиц с мукой и запекают.

535. Рыба, запеченная в сметанном соусе

Зубатка пятнистая (пестрая)[1]	229	149	183	119	137	89
или кабан-рыба	291	137	232	109	172	81
или треска[1]	196	149	157	119	117	89
или судак	284	145	227	116	169	86
или щука (кроме морской)	315	145	252	116	187	86
или скумбрия дальневосточная	276	149	220	119	165	89
Из полуфабрикатов:						
Зубатка пятнистая (пестрая)	180	149	143	119	107	89
или треска	171	149	137	119	102	89
или судак	188	145	151	116	112	86
или макрурус	161	145	129	116	96	86
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Треска	155	149	124	119	93	89
или нототения мраморная	149	142	119	113	88	84
или хек серебристый	161	145	129	116	96	86
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Кулинарный жир	15	15	11	11	8	8
Масса рыбы жареной	—	125	—	100		75
Гарнир №№ 744, 760	—	150	—	150	-	150

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус № 863	—	150	—	125	—	100
Сыр	6,5	6	5,4	5	4,3	4
Маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
Масса полуфабриката	—	440	—	385	—	333
Выход	—	395	—	345	—	300

[1]Нормы закладки даны на зубатку пятнистую (пеструю), треску потрошеные обезглавленные.

Жареную рыбу кладут на смазанную жиром порционную сковороду, кладут кашу гречневую рассыпчатую или укладывают кружочки картофеля, жаренного из вареного, заливают соусом сметанным, посыпают тертым сыром, поливают жиром и запекают.

536. Рыба, запеченная в сметанном соусе с грибами, по-московски

Судак	284	145	227	116	169	86
или сом (кроме океанического)	310	155	248	124	184	92
или ледяная рыба	302	145	242	116	179	86
или мерланг[1]	196	149	157	119	117	89
или осетр	301	149	240	119	180	89
или севрюга	281	149	224	119	168	89
или белуга	296	149	236	119	177	89
Из полуфабрикатов:						
Судак	188	145	151	116	112	86
или сом (кроме океанического)	180	155	144	124	107	92
или ледяная рыба	177	145	141	116	105	86
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Судак	158	145	126	116	93	86
или сом	168	155	135	124	100	92
или нототения мраморная	149	142	119	113	88	84
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Грибы белые свежие	34	26/17[2]	29	22/14[2]	20	15/10[2]
или шампиньоны свежие	57	43/17[2]	46	35/14[2]	33	25/10[2]
Лук репчатый	24	20/10[3]	19	16/8[3]	14	12/6[3]
Кулинарный жир	15	15	11	11	8	8
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	75
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	1/8 шт.	5
Гарнир № 760	—	150	—	150	—	150
Соус № 863	—	150	—	125	—	100
Сыр	6.5	6	5,4	5	4,3	4
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Масса полуфабриката		480	—	413	—	352
Выход	—	430	-	370	—	315

[1] Нормы закладки даны на мерланг потрошеный обезглавленный.
[2] Масса грибов жареных.
[3] Масса лука пассерованного

На порционную сковороду наливают небольшое количество соуса сметанного, кладут рыбу жареную, а вокруг нее ломтики картофеля жареного из вареного. На рыбу укладывают лук пассерованный, грибы жареные, нарезанные ломтиками, и дольки вареного яйца, заливают соусом сметанным, посыпают тертым сыром, поливают жиром и запекают.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

537. Рыба, запеченная в соусе красном с луком и грибами

Окунь морской[1]	213	149	170	119	127	89
или треска[1]	196	149	157	119	117	89
или скумбрия дальневосточная	276	149	220	119	165	89
или капитан-рыба	340	160	270	127	202	95
или судак	284	145	227	116	169	86
или ледяная рыба	302	145	242	116	179	86
или минтай	284	142	226	113	168	84
Из полуфабрикатов:						
Окунь морской	175	149	140	119	105	89
или треска	171	149	137	119	102	89
или судак	188	145	151	116	112	86
или ледяная рыба	177	145	141	116	105	86
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Окунь морской	159	149	127	119	95	89
или треска	155	149	124	119	93	89
или судак или палтус	158	145	126	116	93	86
или хек серебристый	161	145	129	116	96	86
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Масло растительное	8	8	6	6	5	5
Масса рыбы жареной	—	125	—	100		75
Картофель	206	206/150[2]	206	206/150[2]	206	206/150[2]
Соус № 834	—	150	—	125		100
Сыр	6,5	6	5,4	5	4,3	4
Маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
Масса полуфабриката	—	440	-	385	-	333
Выход	—	395	—	345	-	300

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, треску потрошеные обезглавленные

[2] Масса отварного очищенного картофеля

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, посыпают солью, перцем черным молотым, панируют в муке и жарят. На сковороду наливают немного соуса красного с луком и грибами, кладут рыбу жареную и вокруг нее ломтики отварного картофеля, поливают соусом, посыпают тертым сыром, поливают жиром и запекают.

538. Рыба, запеченная с помидорами

Зубатка пятнистая (пестрая)[1]	229	149	183	119	137	89
или щука (кроме морской)	315	145	252	116	187	86
или треска[1]	196	149	157	119	117	89
или кабан-рыба	291	137	232	109	172	81
или судак	284	145	227	116	169	86
или ставрида океаническая	315	145	252	116	187	86
Из полуфабрикатов:						
Зубатка пятнистая (пестрая)	180	149	143	119	107	89
или треска	171	149	137	119	102	89
или окунь морской	175	149	140	119	105	89
или макрурус	161	145	129	116	96	86
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Зубатка, или треска	155	149	124	119	93	89
или окунь морской	159	149	127	119	95	89

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или ставрида океаническая	151	145	121	116	90	86
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Помидоры свежие	200	170	200	170	200	170
Масло растительное	15	15	11	11	8	8
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	75
Масса помидоров жареных	—	107	—	107	—	107
Соус № 858	—	150	—	125	—	100
Сыр	6,5	6	5,4	5	4,3	4
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Масса полуфабриката	—	395	—	342	—	289
Выход	—	355	—	305	—	260

[1] Нормы закладки даны на зубатку пятнистую (пеструю), треску потрошеные обезглавленные.

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, солят, панируют и жарят. Свежие помидоры ошпаривают, снимают с них кожицу, разрезают пополам, удаляют семена, посыпают солью и жарят. На сковороду подливают соус томатный с овощами, кладут рыбу жареную, на нее – помидоры жареные, заливают соусом, посыпают тертым сыром, поливают жиром и запекают.

539. Рыба, запеченная под молочным соусом

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Треска[1]	129	98	96	73
или судак	192	98	143	73
или окунь морской[1]	140	98	104	73
или ставрида океаническая	213	98	159	73
или мерланг[1]	129	98	96	73
или зубатка пятнистая (пестрая)[1]	148	96	111	72
или минтай	198	99	148	74
Из полуфабрикатов:				
Треска	113	98	84	73
или окунь морской	115	98	86	73
или зубатка пятнистая (пестрая)	116	96	87	72
или скумбрия дальневосточная	103	98	77	73
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Треска	102	98	76	73
или окунь морской	104	98	78	73
или ставрида океаническая	102	98	76	73
или зубатка, или макрель Индийского океана	100	96	75	72
Масса рыбы припущенной	—	80	—	60
Лук репчатый	19	16/8[2]	14	12/6[2]
Соус № 861	—	100	—	100
Сыр	5,4	5	4,3	4
Гарнир №№ 758, 759	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	8	8
Масса полуфабриката	—	350	—	325
Выход	—	315	—	290

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, мерланг, зубатку пятнистую (пеструю) потрошеные обезглавленные.
[2] Масса лука пассерованного.

На смазанную жиром сковороду кладут гарнир, а сверху – припущенную рыбу (филе с кожей без костей). В соус молочный добавляют пассерованный лук репчатый, доводят до кипения, после чего заливают им рыбу, посыпают тертым сыром, поливают жиром и запекают в жарочном шкафу.

Гарниры – картофель в молоке, пюре картофельное.

540. Солянка из рыбы на сковороде

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Ледяная рыба	325	156	260	125	196	94
или минтай	308	154	246	123	186	93
или белуга	306	154	244	123	185	93
или осетр	311	154	248	123	188	93
или севрюга	290	154	232	123	175	93
или судак	298	152	239	122	178	91
или треска[1]	200	152	161	122	120	91
или окунь морской[1]	217	152	174	122	130	91
или ставрида океаническая	330	152	265	122	198	91
Из полуфабрикатов:						
Ледяная рыба	190	156	152	125	115	94
или макрурус	171	154	137	123	103	93
или судак	197	152	158	122	118	91
или треска	175	152	140	122	105	91
или окунь морской	179	152	144	122	107	91
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Треска или ставрида океаническая	158	152	127	122	95	91
или судак	165	152	133	122	99	91
или окунь морской	162	152	130	122	97	91
или нототения мраморная	164	156	132	125	99	94
Масса рыбы припущенной	—	125	—	100	—	75
Капуста тушеная № 773	—	150	—	150	—	150
Огурцы соленые	70	42/36[2]	58	35/30[2]	40	24/20[2]
Каперсы	30	15	24	12	20	10
Томатное пюре	15	15	12	12	8	8
Лук репчатый	14	12/6[3]	10	8/4[3]	7	6/3[3]
Сыр	4,3	4	3,3	3	2,2	2
или сухари	4	4	3	3	2	2
Маргарин столовый	15	15	11	11	8	8
Масса полуфабриката	–	362	—	318	–	274
Масса готовой солянки	—	323	—	285	–	245
Плоды маринованные	45	25	36	20	–	—
Маслины	20	20	15	15	–	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход	—	375	—	320	—	245

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской потрошеные обезглавленные.

[2] Масса огурцов (без кожицы и семян) припущенных.

[3] Масса лука пассерованного.

Филе с кожей без костей (рыба с костным скелетом) или предварительно ошпаренные порционные куски с кожей без хрящей (рыба семейства осетровых) нарезают кусочками массой 25–30 г, кладут в смазанную жиром посуду, добавляют нарезанные огурцы соленые, бульон и припускают до готовности. Затем добавляют каперсы, пассерованные томатное пюре и лук, специи, лавровый лист и кипятят 8–10 мин в закрытой посуде.

На смазанную жиром сковороду кладут слой тушеной капусты, на нее кусочки готовой рыбы вместе с гарниром и соусом, в котором она припускалась, сверху – слой оставшейся капусты. Поверхность выравнивают ножом, посыпают сыром или сухарями, поливают жиром и запекают в течение 10–15 мин.

При отпуске на солянку кладут кружочек лимона, маслины, маринованные плоды.

Блюда из рыб семейства осетровых можно готовить с добавлением хрящей – 25, 20 г по I и II колонкам, соответственно изменив выход.

БЛЮДА ИЗ КОТЛЕТНОЙ МАССЫ

Для приготовления котлетной массы используют свежую или хорошо вымоченную соленую рыбу, разделанную на филе без кожи и костей или на филе с кожей без костей. В котлетную массу из нежирной рыбы для увеличения рыхлости можно положить пропущенную через мясорубку охлажденную вареную рыбу в количестве 25–30% к массе мякоти сырой рыбы.

При приготовлении котлетной массы из трески, окуня морского, сквамы, кабан-рыбы и других рыб, имеющих недостаточное количество связывающих клейдающих веществ, можно добавлять яйца из расчета 1/10 или 1/20 шт. на порцию.

Рыбные котлеты не рекомендуется готовить из жирных рыб (палтуса и др.) или обладающих резким специфическим запахом (сардинопс, сардинелла и др.).

К котлетной массе можно добавлять молоку от свежей рыбы, но не более 6% от массы нетто, за счет уменьшения закладки рыбы.

Из котлетной массы приготовляют котлеты, биточки, рулет, зразы, тефтели и другие изделия.

Для приготовления котлетной массы можно использовать рыбу специальной разделки (полуфабрикат), а также океанические рыбы, указанные в табл. 29 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыбной котлетной массы».

В приведенных ниже рецептурах указана закладка рыбы, разделанной на филе без кожи и костей.

541. Котлеты или биточки рыбные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Треска[1]	110	80	89	65	66	48
или мерланг[1]	111	80	90	65	67	48
или сом (кроме океанического)	178	80	144	65	107	48
или судак	167	80	135	65	100	48
Из полуфабрикатов:						
Треска	94	80	76	65	56	48
или судак	111	80	90	65	67	48
или сом (кроме океанического)	99	80	80	65	59	48
или макрурус	93	80	76	65	56	48
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Треска	85	80	69	65	51	48
Хлеб пшеничный	24	24	18	18	14	14
Молоко или вода	32	32	25	25	19	19
Сухари	12	12	10	10	7	7
Масса полуфабриката	—	144	-	115	—	86
Кулинарный жир или масло растительное	12	12	8	8	5	5
Масса жареных изделий	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 757, 759, 765, 766	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 857, 863, 865	—	100	—	75	—	50
или маргарин столовый	8	8	7	7	5	5
Выход: с соусом	—	375	—	325	-	275
с жиром	—	283	—	257	—	230

[1] Нормы закладки даны на треску, мерланг потрошеные обезглавленные.

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым пшеничным хлебом, кладут соль, перец черный молотый, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формуют котлеты или биточки, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон на противне или сковороде в течение 8–10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин.

При отпуске котлеты или биточки гарнируют, подливают сбоку соус или поливают маргарином.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи припущенные с жиром.

Соусы – томатный, сметанный, сметанный с луком.

542. Шницель рыбный натуральный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Судак	221	106	177	85	133	64
или сом (кроме океанического)	236	106	189	85	142	64
или окунь морской[1]	161	106	129	85	97	64
или мерланг[1]	147	106	118	85	89	64
или треска[1]	145	106	116	85	88	64
или минтай	230	106	185	85	139	64
Из полуфабрикатов:						
Судак	147	106	118	85	89	64
или окунь морской	131	106	105	85	79	64
или треска	125	106	100	85	75	64
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Треска	113	106	90	85	68	64
Лук репчатый	24	20	20	17	15	13
Петрушка (зелень)	5	4	4	3	3	2
Молоко или вода	10	10	8	8	6	6
Яйца	1/8 шт.	5	1/10 шт.	4	1/13 шт.	3
Сухари	15	15	12	12	9	9
Масса полуфабриката	--	156		125		94
Масло растительное или кулинарный жир	13	13	10	10	8	8
Масса жареного шницеля		125		100		75
Гарнир №№ 757, 760, 761, 766	-	150		150		150
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5	5	5
Выход	--	285		255		230

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, перемешивают с луком репчатым, зеленью петрушки и пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Подготовленную массу солят, добавляют перец черный молотый, формуют изделия овальной формы, смачивают в яйце, взбитом с молоком, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон на плите в течение 8–10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин. При отпуске шницель поливают жиром и гарнируют.

Гарниры – картофель отварной, картофель жареный, овощи припущенные с жиром.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

543. Рулет из рыбы

	I и II БРУТТО	I и II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Щука (кроме морской)	150	60	113	45
или судак	125	60	94	45
или треска[1]	82	60	62	45
или окунь морской[1]	91	60	68	45
или мерланг[1]	83	60	63	45
Из полуфабрикатов:				
Щука	92	60	69	45
или треска	71	60	53	45
или судак	83	60	63	45
или окунь морской	74	60	56	45
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Треска	64	60	48	45
Хлеб пшеничный	18	18	13	13
Молоко или вода	24	24	18	18
Масса рыбная котлетная	—	100	—	75
Фарш:				
Грибы белые свежие	17	13/10[2]	—	—
или шампиньоны свежие	18	14/10[2]	—	—
или грибы сушеные	5	10[2]	—	—
Лук репчатый	26	22/11[3]	24	20/10[3]
Кулинарный жир	4	4	3	3
Яйца	1/7 шт.	6	1/4 шт.	10
Масса фарша	—	25	—	20
Сухари пшеничные	3	3	2	2
Масса полуфабриката	—	125	—	95
Кулинарный жир	3	3	2	2
Масса готового рулета	—	100	—	75
Гарнир №№ 757, 760, 761	—	150	—	150
Соус №№ 857, 858, 863, 865	—	75	—	50
Выход	—	325	—	275

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные.

[2] Масса вареных грибов.

[3] Масса лука пассерованного.

Подготовленную котлетную массу (рец. № 541) раскладывают на мокрую полотняную салфетку слоем толщиной 1,5–2,0 см, на середину вдоль слоя кладут фарш. Соединяют края массы так, чтобы один край котлетной массы прикрывал другой, образуя сплошной шов. Сформованный рулет перекладывают на смазанный жиром противень швом вниз. Поверхность рулета выравнивают, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром, прокалывают ножом в 2–3 местах и запекают в жарочном шкафу при температуре 250–280 °С в течение 20–30 мин.

Приготовление фарша: отварные грибы нарезают ломтиками, лук репчатый шинкуют, пассеруют, соединяют с грибами, добавляют рубленые вареные яйца, соль, перец черный молотый и перемешивают.

При отпуске рулет нарезают на порции (по 2–3 куска), гарнируют, соус подают отдельно или подливают к рулету.

Гарниры - картофель отварной, картофель жареный.

Соусы – томатный, томатный с овощами, сметанный, сметанный с луком.

544. Зразы рыбные рубленые

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Судак	167	80	135	65	100	48
или сом (кроме океанического)	178	80	144	65	107	48
или щука (кроме морской)	200	80	163	65	120	48
или треска[1]	110	80	89	65	66	48
или мерланг[1]	111	80	90	65	67	48

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или ледяная рыба	178	80	144	65	107	48
Из полуфабрикатов:						
Судак	111	80	90	65	67	48
или сом	99	80	80	65	59	48
или щука	123	80	100	65	74	48
или треска	94	80	76	65	56	48
или ледяная рыба	101	80	82	65	61	48
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Треска	85	80	69	65	51	48
Хлеб пшеничный	24	24	18	18	14	14
Молоко или вода	32	32	25	25	19	19
Масса рыбная котлетная	—	134	—	106	-	80
Фарш:						
Лук репчатый	40	34/17[2]	26	22/11[2]	19	16/8[2]
Кулинарный жир	5	5	4	4	3	3
Грибы белые свежие	26	20/15[3]	17	13/10[3]	14	11/8[3]
или шампиньоны свежие	28	21/15[3]	18	14/10[3]	14	11/8[3]
или грибы сушеные	7,5	15[3]	5	10[3]	4	8[3]
Сухари	2	2	1,5	1,5	1	1
Масса фарша	-	32	—	21	-	16
Сухари	10	10	6	6	5	5
Масса полуфабриката	—	174	—	130	—	99
Кулинарный жир	12	12	8	8	5	5
Масса готовых зраз	-	148	—	110	-	85
Гарнир №№ 757, 760, 761, 765, 766	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый	7	7	5	5	5	5
Соус №№ 824, 857	—	100	—	75		50
Выход	-	405	—	340	-	290

[1] Нормы закладки даны на треску, мерланг потрошеные обезглавленные.

[2] Масса лука пассерованного.

[3] Масса вареных грибов.

Рыбную котлетную массу (рец. № 541) формуют в виде лепешек толщиной 1 см. На середину кладут фарш, края лепешек соединяют, панируют в сухарях, придавая им овальную форму, и обжаривают. Доводят до готовности в жарочном шкафу (4–5 мин).

Для фарша: отварные грибы нарезают ломтиками, лук репчатый мелко нарезают и пассеруют, соединяют с грибами, добавляют соль, перец и все перемешивают.

При подаче зразы (2 шт. на порцию) поливают маргарином, гарнируют. Соус подают отдельно или подливают к зразам.

Гарниры картофель отварной, картофель жареный, овощи отварные с жиром, овощи припущенные с жиром.

Соусы – красный основной, томатный.

545. Тельное из рыбы

Судак	167	80	135	65	100	48
или сом (кроме океанического), или ледяная рыба	178	80	144	65	107	48
или щука (кроме морской)	200	80	163	65	120	48
или треска[1]	110	80	89	65	66	48
или мерланг[1]	111	80	90	65	67	48
или окунь морской[1]	121	80	98	65	73	48
Из полуфабрикатов:						
Треска	94	80	76	65	56	48
или сом (кроме океанического), или окунь морской	99	80	80	65	59	48
или макрурус	93	80	76	65	56	48
или ледяная рыба	101	80	82	65	61	48

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Из филе выпускаемого промышленностью:						
Треска	85	80	69	65	51	48
Хлеб пшеничный	24	24	18	18	14	14
Молоко или вода	32	32	25	25	19	19
Масса рыбная котлетная		134	-	106		80
Фарш:						
Лук репчатый	40	34/17[2]	26	22/11[2]	17	14 7[2]
Кулинарный жир	5	5	4	4	3	3
Грибы белые свежие	26	20/15[3]	17	13/10[3]	14	11/8[3]
или шампиньоны свежие	28	21/15[3]	18	14 10[3]	14	11/8[3]
Яйца	1/4 шт.	10	1/6 шт.	7	1/8 шт.	5
Сухари	2	2	1,5	1,5	1	1
Масса фарша	-	42		28	-	21
Яйца	1/4 шт.	10	1/6 шт.	7	1/8 шт.	5
Сухари	10	10	6	6	5	5
Масса полуфабриката	—	194	- -	145		109
Кулинарный жир	14	14	12	12	10	10
Масса готового тельного	-	160	-	120		90
Гарнир №№ 759, 761, 762, 789, 793	—	100	-	100	-	150
Маргарин столовый	7	7	5	5	5	5
Соус №№ 857, 858		100		75		50
Выход	- -	367		300	–	295

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные

[2] Масса лука пассерованного.

[3] Масса вареных грибов.

Фарш готовят так же, как для рулета рыбного (рец. № 543).

Разделывают тельное при помощи смоченной полотняной салфетки. Рыбной котлетной массе (рец. № 541) придают форму лепешек толщиной в 1 см. На середину лепешек укладывают фарш, складывают лепешки вдвое, придают им форму полумесяца. Сформованные изделия смачивают во взбитых яйцах, панируют в сухарях, жарят во фритюре, затем ставят на 4-5 мин в жарочный шкаф.

При подаче тельное (1 2 шт. на порцию) гарнируют, поливают маргарином. Соус подают отдельно.

Гарниры пюре картофельное, картофель жареный, сложный.

Соусы томатный, томатный с овощами.

546. Хлебцы рыбные

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сом (кроме океанического)	222	100	167	75
или окунь морской[1]	152	100	114	75
или треска[1]	137	100	103	75
или щука (кроме морской)	250	100	188	75
или судак	208	100	156	75
или минтай	217	100	163	75
или ледяная рыба	222	100	167	75
Из полуфабрикатов:				
Макрурус	116	100	87	75
или треска	118	100	88	75
или окунь морской	123	100	93	75
или судак	139	100	104	75
или ледяная рыба	127	100	95	75
Из филе, выпускаемого промышленностью:				

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Треска	106	100	80	75
Хлеб пшеничный	15	15	11	11
Молоко	25	25	18	18
Яйца	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8
Масло сливочное	5	5	4	4
Масса полуфабриката	—	150	—	113
Масса готового изделия	—	120	—	90
Гарнир №№ 747, 757, 759	—	150	—	150
Соус №№ 857, 863, 864	—	50	—	50
или масло сливочное, или маргарин столовый	7	7	5	5
Выход: с соусом	—	320	—	290
с жиром		277	—	245

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, треску потрошеные обезглавленные.

В подготовленную рыбную котлетную массу (рец. № 541) вводят размягченное масло сливочное, яичные желтки и всю массу тщательно выбивают. Затем при осторожном размешивании вводят взбитые яичные белки. Готовую массу выкладывают в смазанные маслом формы и варят на пару. При отпуске хлебцы режут на порции, гарнируют, поливают соусом или жиром.

Гарниры – рис отварной, картофель отварной, пюре картофельное.

Соусы – томатный, сметанный, сметанный с томатом

547. Тефтели рыбные

Судак	135	65	100	48
или треска[1]	89	65	66	48
или ледяная рыба	144	65	107	48
или окунь морской[1]	98	65	73	48
Из полуфабрикатов:				
Треска или макрурус	76	65	56	48
или ледяная рыба	82	65	61	48
или окунь морской	80	65	59	48
Из филе. выпускаемого промышленностью:				
Треска	69	65	51	48
Хлеб пшеничный	13	13	10	10
Молоко или вода	20	20	15	15
Лук репчатый	17	14	12	10
Мука пшеничная	8	8	6	6
Масса полуфабриката	—	118	—	88
Масло растительное	8	8	5	5
Масса тушеных тефтелей	—	100	—	75
Гарнир №№ 747, 757, 759	—	150	—	150
Соус №№ 857, 858, 864	—	75	—	50
Выход	—	325	—	275

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской потрошеные обезглавленные.

Филе без кожи и костей нарезают на куски, пропускают два раза через мясорубку вместе с луком и размоченным в молоке или воде хлебом пшеничным. В полученную массу добавляют соль, перец черный молотый, хорошо вымешивают и формуют шарики по 3–5 шт. на порцию, панируют в муке, обжаривают, заливают соусом, добавляют воду (10% от массы соуса) и тушат 10–15 мин.

Это блюдо можно приготавливать, заменяя хлеб рисом припущенным из расчета закладки сырого риса в количестве 5 и 4 г соответственно II и III колонкам. Рис вводят в готовую котлетную массу в охлажденном виде.

При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.
Гарниры – рис отварной, картофель отварной, пюре картофельное.
Соусы – томатный, томатный с овощами, сметанный с томатом.

548. Фрикадельки рыбные с томатным соусом

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сом (кроме океанического)	144	65	107	48
или щука (кроме морской)	163	65	120	48
или ледяная рыба	144	65	107	48
или минтай	141	65	104	48
или мерланг[1]	90	65	67	48
Хлеб пшеничный	13	13	10	10
Молоко или вода	20	20	15	15
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6
Лук репчатый	17	14	12	10
Масса полуфабриката	—	118	—	88
Масса готовых фрикаделек	—	100	—	75
Гарнир №№ 747, 757, 759, 765	—	150	—	150
Соус №№ 857, 863, 864	—	75	—	50
Выход	—	325	—	275

[1] Нормы закладки даны на мерланг потрошеный обезглавленный.

В рыбную котлетную массу (рец. № 541) добавляют лук, яйца и специи (в. котлетную массу из нежирной рыбы можно добавлять дополнительно маргарин столовый 5–8 г на порцию), тщательно перемешивают, разделывают на шарики массой по 15–18 г и припускают 10–15 мин. При отпуске фрикадельки гарнируют, поливают соусом.

Гарниры – рис отварной, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – томатный, сметанный, сметанный с томатом.

549. Галки рыбные (белорусское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Окунь морской[1]	146	102
или судак	200	102
или треска[1]	134	102
или ледяная рыба	213	102
Из полуфабрикатов:		
Треска	117	102
или судак	132	102
или окунь морской	120	102
Из филе, выпускаемого промышленностью:		
Хек серебристый	113	102
или треска	106	102
или судак	111	102
Лук репчатый	18	15
Крахмал картофельный	10	10
Вода или молоко	38	38
Масса полуфабриката	—	160
Масса готового изделия	—	135
Соус № 891	—	50
Выход	—	185

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской потрошеные обезглавленные.

Филе рыбы с кожей без костей пропускают через мясорубку вместе с луком, добавляют крахмал, соль, перец, воду или молоко и перемешивают. Массу разделывают в виде клецек по 2–3 шт. на порцию и варят в соленой воде.

Отпускают галки в холодном или горячем виде, соус хрен подают отдельно. Это блюдо можно готовить и из других видов рыбы.

БЛЮДА ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ

Для приготовления горячих блюд используют все виды рыбных консервов натуральных и в томатном соусе, выпускаемых промышленностью.

Банки с консервами моют, протирают, вскрывают, содержимое их выкладывают в посуду и доводят до кипения. Прогретые консервы отпускают с соком или соусом и с различными гарнирами. В рецептурах потери при тепловой обработке консервов приняты в размере 5%.

При изготовлении солянки, запеканки консервы доводят до кипения, сок или соус сливают и используют для приготовления соуса.

В рецептурах на блюда из консервов приняты нормы содержания в консервах томатного соуса в размере 30%, сока – 25%.

550. Консервы рыбные с гарниром

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Консервы рыбные натуральные: осетр, севрюга, белуга и др.	79	75[1]	53	50[1]
или лососевые дальневосточные: горбуша, кета, чавыча, нерка	77	75[1]	52	50[1]
или консервы в томатном соусе: частик крупный, горбуша, кета, семга, кижуч, нерка, камбала, навага, осетр, севрюга, белуга, треска, сельдь, чехонь и др.	79	75[1]	53	50[1]
или скумбрия атлантическая	77	75[1]	52	50[1]
Гарнир №№ 747, 757, 759–761	—	150	—	150
Выход	—	225	—	200

[1] Масса рыбы с соком или соусом после тепловой обработки.

Консервы подготавливают, как указано выше.

При отпуске консервы гарнируют.

Гарниры – рис отварной, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный.

551. Картофельная запеканка с рыбными консервами

Консервы рыбные натуральные: горбуша, кета, судак, осетр, белуга и др.	105	100[1]	67	64[1]
в том числе масса рыбы	—	75	—	48
Картофель	251	188	251	188
Молоко или вода	25	25	25	25
Масса пюре картофельного	—	200	—	200
Мука пшеничная	1,5	1,5	1	1
Лук репчатый	19	16/8[2]	10	8/4[2]
Маргарин столовый	8	8	5	5
Сухари	5	5	5	5

[1] Масса рыбы с соком после тепловой обработки.

[2] Масса лука пассерованного.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый	10	10	5	5
Масса полуфабриката	—	305	—	268
Выход	—	275	—	235

Консервы прогревают. Пассерованную без жира муку разводят соком от консервов, добавляют пассерованный репчатый лук, проваривают в течение 5 мин и соединяют с консервами.

Готовят картофельное пюре, половину его кладут слоем 1,5–2 см на смазанную жиром и посыпанную сухарями порционную сковороду, сверху укладывают подготовленные рыбные консервы, покрывают слоем оставшегося картофельного пюре. Поверхность выравнивают ножом. Запеканку посыпают сухарями, сбрызгивают жиром и запекают 5–10 мин.

552. Солянка из рыбных консервов на сковороде

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Консервы рыбные натуральные: горбуша, кета, сазан, судак, осетр, белуга и др.	—	—	79	75[1]	53	50[1]
в том числе масса рыбы	—	—	—	56	—	38
или в томатном соусе: камбала, лещ, сом, судак, сазан, щука	—	—	79	75[1]	53	50[1]
в том числе масса рыбы	—	—	—	53	—	35
Капуста тушеная № 773	—	—	—	150	—	250
Огурцы соленые	—	—	40	24	20	12
Каперсы	—	—	20	10	—	—
Лук репчатый	—	—	19	16/8[2]	10	8/4[2]
Масло растительное	—	—	6	6	5	5
Мука пшеничная	—	—	1	1	1	1
Сыр	—	—	2,2	2	—	—
или сухари	—	—	2	2	2	2
Масса полуфабриката	—	—	—	275	—	320
Маслины	—	—	10	10	—	—
Выход	—	—	—	255	—	285

[1] Масса рыбы (с соком) после тепловой обработки

[2] Масса лука пассерованного.

Консервы прогревают. Пассерованную без жира муку разводят соком от консервов, добавляют пассерованный лук, очищенные от кожицы и семян, нарезанные тонкими дольками огурцы, каперсы (без рассола) и кипятят 5–10 мин. На сковороду, смазанную жиром, кладут слой капусты, на нее рыбные консервы, заправленные соусом с овощами, и покрывают слоем капусты. Поверхность выравнивают ножом, поливают жиром, посыпают тертым сыром или сухарями и запекают 5–10 мин.

Отпускают солянку в порционной сковороде, оформляют маслинами.

БЛЮДА ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

Для приготовления блюд используют крабы, морской гребешок, креветки, кальмары, трепанги, пасту «Океан», лангусты. Морепродукты подготавливают и варят по мере реализации.

При варке морепродуктов в воду добавляют специи из следующего расчета на порцию: перца черного горошком – 0,01, лаврового листа – 0,01 г. Норма кореньев и соли приведена в рецептурах.

При отпуске блюда из морепродуктов посыпают измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропа (1–3 г нетто на порцию).

553. Крабы с рисом и соусом

	БРУТТО	НЕТТО
Крабы (консервы)	94	75
Рис припущенный № 748	—	100
Соус №№ 858, 876	—	50
Выход	—	225

Крабы, освобожденные от пергамента, вместе с соком выкладывают в посуду и доводят до кипения.

При отпуске кладут припущенный рис, сверху – крабы, соус подают отдельно.

Соусы – томатный с овощами, голландский со сливками.

554. Морской гребешок отварной с соусом

Филе морского гребешка	156	147
Морковь	4	3
Петрушка (корень)	4	3
Масса отварного филе морского гребешка	—	75
Гарнир №№ 757, 759	—	150
Соус №№ 857, 863	—	50
Выход	—	275

Филе морского гребешка мороженое размораживают на воздухе при температуре 18–20 °С в течение 1–1,5 ч.

Варят филе морского гребешка в течение 10–15 мин, погружая в кипящую подсоленную воду с добавлением кореньев, перца черного горошком (на 1 кг филе берут 2 л воды и 60 г соли). Более продолжительная варка ухудшает качество продукта, делая его жестким, упругим, сухим.

Перед отпуском его нарезают ломтиками, заливают бульоном и доводят до кипения.

При отпуске филе морского гребешка гарнируют, соус подают отдельно.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное.

Соусы – томатный, сметанный.

555. Креветки отварные натуральные

Креветки сыромороженые неразделанные (целые) мелкие	1449	1449
или креветки варено-мороженые неразделанные (целые) мелкие	1205	1205
Масса отварных креветок	—	1000
Выход	—	1000

Креветки сыромороженые и варено-мороженые неразделанные (целые) мелкие размораживают на воздухе при температуре 18–20 °С в течение 2 ч для того, чтобы разделить блок на части. Размораживать полностью креветки не рекомендуется, так как головы их темнеют, ухудшается внешний вид.

Подготовленные креветки блоками массой 2–3 кг опускают в кипящую соленую воду с добавлением перца черного горошком, лаврового листа (на 1 кг креветок берут 3 л воды, 150 г со-

ли), перемешивают и варят сыромороженые – в течение 5 мин, варено-мороженые – 3 мин с момента вторичного закипания воды. Готовые креветки всплывают на поверхность.

Отварные неразделанные креветки порционируют.

556. Креветки с соусом

	БРУТТО	НЕТТО
Креветки сыромороженые неразделанные (целые)	313	313
Масса креветок отварных, разделанных на мякоть	—	75
или креветки (консервы)	94	75
Гарнир №№ 757, 765	—	100
Соус №№ 857, 859	—	50
Выход	—	225

Креветки отваривают, как указано в рец. № 555. Перед отпуском отварные креветки разделывают на мякоть, отделяя шейку и снимая панцирь (крупные креветки нарезают на куски), заливают бульоном и доводят до кипения.

При использовании креветок (консервов) банки вскрывают, содержимое их выкладывают в посуду и доводят до кипения.

При отпуске креветки гарнируют, соус подают отдельно.

Гарниры – картофель отварной, овощи отварные с жиром.

Соусы – томатный, молочный.

557. Креветки с рисом

	БРУТТО	НЕТТО
Креветки сыромороженые неразделанные (целые)	167	167
Масса креветок отварных, разделанных на мякоть	—	40
или креветки (консервы)	50	40
Лук репчатый	36	30
Маргарин столовый	5	5
Масса лука пассерованного	—	15
Каша рисовая рассыпчатая № 744	—	120
Сыр	16,3	15
Соус № 857	—	50
Выход	—	240

Креветки отваривают, как описано в рец. № 555. Лук репчатый нарезают полукольцами и пассеруют. Перед отпуском креветки разделывают на мякоть (крупные экземпляры нарезают на куски), заливают бульоном и доводят до кипения.

При использовании креветок (консервов) банки вскрывают, содержимое их выкладывают в посуду и доводят до кипения.

При отпуске кладут рассыпчатую рисовую кашу, сверху – креветки, пассерованный репчатый лук, посыпают тертым сыром и отдельно подают соус томатный.

558. Креветки, запеченные под сметанным или молочным соусом

	БРУТТО	НЕТТО
Креветки сыромороженые неразделанные (целые)	208	208
Масса креветок отварных, разделанных на мякоть	—	50
или креветки (консервы)	63	50

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	206	206/150[1]
Соус №№ 861, 863	—	100
Сыр	4,3	4
Маргарин столовый	5	5
Масса полуфабриката	—	305
Выход	—	275

[1] Масса картофеля отварного очищенного.

На порционную сковороду, смазанную жиром, укладывают $^1/_2$ часть картофеля отварного, нарезанного ломтиками, на него – креветки отварные (рец. № 555), разделанные на мякоть, или креветки (консервы), вокруг – оставшиеся ломтики картофеля. Все это заливают молочным или сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маргарином и запекают в жарочном шкафу в течение 5 мин.

559. Кальмары в томатном или сметанном соусе

Кальмар (филе)	154	139
или кальмар (тушка)	199	153
Масса отварных кальмаров	—	75
Соус №№ 857, 863	—	50
Масса кальмаров с соусом	—	125
Гарнир №№ 757, 761	—	150
Выход	—	275

Кальмар мороженый разделанный (тушка) с кожицей или кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей размораживают в холодной воде (не рекомендуется добавлять горячую воду во избежание окрашивания тканей). Размораживание считается законченным, когда температура в толще блока кальмаров достигнет минус 1°С.

У размороженных тушек удаляют остатки внутренностей и хитиновые пластинки, если они оставлены.

Тушки и филе опускают на 3–6 мин в горячую воду с температурой 60–65°С (соотношение воды и кальмара 3 : 1) и удаляют травянистой щеткой кожицу (пленку).

Подготовленные тушки и филе кальмаров тщательно промывают в воде 2–3 раза, опускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг кальмаров берут 2 л воды и 20–40 г соли) и варят в течение 5 мин с момента закипания воды. Более длительная варка не рекомендуется, так как мясо кальмара становится жестким.

Отварные кальмары, нарезанные соломкой, заливают соусом и доводят до кипения. При отпуске кальмары гарнируют.

Гарниры – картофель отварной, картофель жареный.

Соусы – томатный, сметанный.

560. Трепанги по-дальневосточному

Трепанги сушеные	16	63
или трепанги варено-мороженые	67	63
Масса набухших ошпаренных трепангов	—	50
Свинина (корейка, окорок)	43	37
Маргарин столовый	10	10
Масса свинины жареной	—	25
Соус № 866	—	50
Масса трепангов и свинины с соусом	—	125
Гарнир № 761	—	100
Выход	—	225

Трепанги сушеные тщательно промывают холодной водой до тех пор, пока с поверхности не будет удалена угольная пыль и вода не станет прозрачной.

Затем их заливают холодной водой и выдерживают в ней в течение 24–30 ч при температуре 18–20°С, меняя воду 2–3 раза. На другой день воду сливают, трепанги промывают, вновь заливают холодной водой и доводят до кипения. Затем снимают с плиты и оставляют в отваре до следующего дня. На следующий день отвар сливают, трепанги промывают холодной водой и потрошат, разрезав ножницами брюшко по всей его длине. После потрошения трепанги тщательно промывают, заливают холодной водой, вновь доводят до кипения, снимают с плиты и оставляют в отваре до следующего дня.

Если трепанги имеют резинообразную жесткую консистенцию, то процесс их обработки с последующим промыванием повторяют еще 2 раза в течение двух дней.

Хранят трепанги в холодной кипяченой воде со льдом в холодильном шкафу. Перед использованием их ошпаривают, погружая на 1–2 мин в кипящую воду.

Трепанги варено-мороженые размораживают в воде при температуре 15°С. Размораживание считается законченным, когда температура трепангов достигнет 1°С. Допускается размораживание в воде, нагретой до температуры 40°С, при соотношении массы воды и трепанга 2 :1 в течение 40 мин. Размороженные трепанги разрезают вдоль брюшка, зачищают от остатков внутренностей, песка и промывают.

Обработанные трепанги ошпаривают в течение 1–2 мин и используют для приготовления блюд.

Набухшие ошпаренные трепанги и свинину нарезают брусочками длиной 3–4 см. Свинину жарят до готовности, соединяют с трепангами, добавляют соус и доводят до кипения.

При отпуске трепанги гарнируют.

Гарнир – картофель жареный.

Соус – сметанный с томатом и луком.

561. Лангусты с рисом и соусом

	БРУТТО	НЕТТО
Лангусты (шейки в панцире)	188	188
Масса отварных лангустов	—	75
Соус №№ 858, 876	—	75
Рис припущенный № 748	—	100
Выход	—	250

Лангусты сыромороженые разделанные (шейки в панцире) размораживают на воздухе при температуре 18–20°С в течение 3 ч, раскладывая блоки в один слой (до полного отделения лангустов друг от друга).

Размороженные шейки лангустов погружают в кипящую соленую воду с добавлением перца черного горошком, лаврового листа (на 1 кг шеек лангустов берут 2 л воды, 100 г соли) и варят в течение 15–20 мин. Готовые лангусты всплывают на поверхность.

Обрабатывать шейки лангустов лучше горячими. Для отделения мякоти от панциря и икры (если она имеется) делают разрез ножницами по всей длине по середине панциря со стороны спинки или срезают боковую кромку панциря шейки лангуста. Икру не используют.

Перед отпуском лангусты освобождают от панциря, мякоть нарезают вдоль, заливают бульоном и доводят до кипения.

При отпуске лангусты гарнируют.

Гарнир – рис припущенный.

Соусы – томатный с овощами, голландский со сливками.

562. Котлеты, биточки из рыбы и пасты «Океан»

Треска[1]	62	45
или мерланг[1]	63	45
или сом (кроме океанического)	100	45
Паста «Океан»	21	20
Хлеб пшеничный	18	18
Молоко или вода	25	25

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1/20 шт.	2
Сухари	10	10
Масса полуфабриката	—	118
Кулинарный жир	8	8
Масса готовых изделий	—	100
Гарнир №№ 744, 757, 761	—	150
Маргарин столовый	—	5
или соус №№ 857, 863, 865	—	75
Выход: с жиром	—	255
с соусом	—	325

[1] Нормы закладки даны на треску и мерланг потрошеные обезглавленные.

Пасту белковую «Океан» мороженую, в блоках, размораживают на воздухе при температуре 18–20°C в течение 2–6 ч (в зависимости от температуры в центре блока), зачищая поверхностный слой. Паста считается размороженной при достижении в центре блока минус 1°C. Размораживать пасту «Океан» следует по мере спроса. Срок хранения размороженной пасты при температуре 4–8°C не более 6 ч. Повторное замораживание пасты «Океан» не допускается.

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски и пропускают через мясорубку, соединяют с замоченным в молоке или воде черствым пшеничным хлебом, размороженной пастой «Океан», добавляют яйца, соль, перец черный молотый, вторично пропускают через мясорубку и перемешивают. Котлеты или биточки панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон в течение 8–10 мин, затем доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске котлеты или биточки поливают жиром или соусом.

Гарниры – каша гречневая рассыпчатая, картофель отварной, картофель жареный.

Соусы – томатный, сметанный, сметанный с луком.

563. Рулет из рыбы с фаршем из пасты «Океан»

Треска[1]	82	60
или щука (кроме морской)	150	60
или окунь морской[1]	91	60
или мерланг[1]	83	60
Молоко или вода	24	24
Хлеб пшеничный	18	18
Рыбная котлетная масса	—	100
Фарш из пасты «Океан» № 565	—	30
Масса полуфабриката	—	130
Кулинарный жир	4	4
Сухари	3	3
Масса готового рулета	—	105
Гарнир №№ 744, 747, 757, 761	—	150
Соус №№ 857, 858, 863, 865	—	75
Выход	—	330

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные.

Подготовленную котлетную массу (рец. № 562) раскладывают на мокрую полотняную салфетку толщиной 1,5–2 см, на середину кладут фарш (рец. № 565), соединяют края массы так, чтобы один край котлетной массы прикрывал другой, образуя сплошной шов. Сформованный рулет перекладывают на смазанный жиром противень швом вниз. Поверхность рулета выравнивают, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром, прокалывают ножом в двух-трех местах и запекают в жарочном шкафу при температуре 250–280°C в течение 25–30 мин.

При отпуске рулета порции гарнируют и поливают соусом.

Гарниры – каша гречневая рассыпчатая, рис отварной, картофель отварной, картофель жареный.

Соусы – томатный, томатный с овощами, сметанный, сметанный с луком.

	БРУТТО	НЕТТО

564. Зразы картофельные с фаршем из пасты «Океан»

Картофель	241	176[1]
Яйца	1/10 шт.	4
Масса протертого картофеля с яйцом	—	180
Фарш из пасты «Океан» № 565	—	40
Сухари	12	12
Масса полуфабриката	—	225
Кулинарный жир	10	10
Масса жареных зраз	—	200
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10
или сметана	20	20
Выход: с жиром	—	210
со сметаной	—	220

[1] Масса очищенного отварного картофеля.

Отварной картофель обсушивают и в горячем состоянии протирают. Затем добавляют яйца и перемешивают. Из полученной массы формуют лепешки по 2 шт. на порцию. На середину лепешки кладут фарш из пасты «Океан», соединяют края. Полученному изделию придают форму овального пирожка, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске поливают растопленным жиром или сметаной.

565. Фарш из пасты «Океан»

Паста «Океан»	743	698
Масса припущенной пасты	—	600
Лук репчатый	595	500
Кулинарный жир или маргарин столовый	75	75
Масса лука пассерованного	—	250
Яйца	$2\frac{1}{2}$ шт.	100
Соус:		
Мука пшеничная	10	10
Кулинарный жир или маргарин столовый	10	10
Выход	—	1000

Лук репчатый мелко нарезают и пассеруют. Пасту «Океан» размораживают, как описано в рец. № 562, и припускают. Размороженную пасту кладут слоем 2–3 см, добавляют горячую воду (5–10% от массы пасты) и, периодически помешивая, припускают при непрерывном кипении в течение 10 мин. Припущенную пасту «Океан» охлаждают.

Срок хранения припущенной пасты «Океан» при температуре 4–8°С составляет 6 ч. Припущенную пасту «Океан» пропускают через мясорубку и соединяют с пассерованным репчатым луком, сваренными вкрутую рублеными яйцами, подготовленным соусом, добавляют соль, перец черный молотый и перемешивают.

Фарш готовят по мере спроса в небольших количествах.

Оставлять фарш на следующий день запрещается. Готовый фарш следует немедленно охладить, не допуская его замораживания, и хранить в холодильном шкафу.

БЛЮДА ИЗ РАКОВ

Раки для варки используют только живые и с твердым панцирем. По размерам они могут быть отборные, крупные, средние и мелкие. Измеряют их, начиная от глаз до конца хвостовой пластинки. Раки отборные имеют размер от 13 см и более, крупные – 11–13, средние – 9–11, мелкие – 8–9 см.

Перед варкой раки промывают в холодной воде до полного удаления с их поверхности загрязнений. Варят их в воде, пиве, хлебном квасе с добавлением соли, специй (черного перца горошком, лаврового листа), укропа, эстрагона и кореньев.

Воды для варки берут столько, чтобы раки в ней были погружены полностью. Раки средней величины варят 12–15 мин. При более длительной варке мясо отделяется от панциря не полностью и становится крошливым. При отпуске готовых раков заливают отваром и подают. Вареных раков можно подать без отвара, украсив их зеленью.

566. Раки отварные

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
Раки (шт.)	10	10	10	10
Морковь	15	12	—	—
Укроп	19	14	—	—
Петрушка (корень)	19	14	—	—
Эстрагон (зелень)	14	5	—	—
Соль	30	30	30	30
Перец черный горошком	0,1	0,1	0,1	0,1
Лавровый лист	0,1	0,1	0,1	0,1
Выход (шт.)	—	10	—	10

В посуду наливают воду, добавляют соль, перец черный горошком, лавровый лист, мелко нарезанные морковь, петрушку, укроп, эстрагон и доводят до кипения. В кипящую воду кладут подготовленных раков, посуду закрывают крышкой и варят 12–15 мин с момента закипания воды. Затем посуду ставят на борт плиты и дают постоять 10–15 мин, чтобы раки приобрели приятный аромат.

567. Раки в пиве или хлебном квасе

	БРУТТО	НЕТТО
Раки (шт.)	10	10
Соль	20	20
Пиво или квас	500	500
Выход (шт.)	—	10

В пиво или квас добавляют соль и доводят до кипения. Затем кладут подготовленных раков и варят 12–15 мин. Вареных раков оставляют в отваре на 10–15 мин.

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

Из мяса и мясных продуктов приготавливают разнообразный ассортимент отварных, припущенных, жареных, тушеных и запеченных вторых блюд.

В рецептурах указаны соусы и гарниры, лучше всего сочетающиеся по вкусу с данным блюдом. Допускается, однако, использование соусов и гарниров, не указанных в данной рецептуре, но входящих в соответствующие разделы Сборника.

Норма гарнира для большинства блюд – 150 г. Однако масса гарнира может быть уменьшена до 100 г или увеличена до 200 г. Кроме того, сверх установленной нормы основного гарнира можно дополнительно подавать свежие, соленые или маринованные огурцы и помидоры, а также квашеную капусту, маринованные плоды и ягоды.

Температура вторых мясных блюд в момент подачи должна составлять 60–65 °С.

Норма расхода соли, специй, а также зелени на оформление блюда в рецептурах не указана. На каждое блюдо следует предусматривать соли 4 г, зелени (лук, петрушка, укроп) – 4 г нетто, а кроме того, по мере надобности – перца 0,05 г и лаврового листа – 0,02 г.

В графе нетто некоторых рецептур в числителе указана масса нетто сырого продукта, в знаменателе – масса готового продукта.

ОТВАРНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

В отварном виде приготавливают говядину (мякоть грудинки, лопаточная и подлопаточная части, покромка от туш I категории, можно использовать боковой и наружный куски тазобедренной части), баранину, козлятину, свинину и телятину (грудинка и мякоть лопаточной части каждого вида мяса). Кроме того, для варки используют различные субпродукты (языки, вымя, мозги и т. д.) и копченые мясные продукты (копченые грудинка, корейка и окорок), а также колбасные изделия (сардельки, сосиски, колбаса).

Все виды мяса, предназначенные для варки, нарезают кусками массой не более 2 кг. У сырой бараньей, свиной или телячьей грудинки с внутренней стороны вдоль ребер подрезают пленки для облегчения удаления костей после варки. Мякоть лопаточной части и покромку свертывают рулетом и перевязывают.

Подготовленное мясо закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1 – 1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата вареного мяса в бульон при варке добавляют коренья и репчатый лук. Соль и специи кладут в бульон за 15 – 20 мин до готовности мяса, лавровый лист – за 5 мин. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

После варки из бараньей и телячьей грудинки немедленно удаляют реберные кости. Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1–2 куска на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 50–60 °С в закрытой посуде.

Отварные мясные продукты отпускают с различными соусами, для приготовления которых используют бульон, полученный при их варке. Вместо соуса мясо можно поливать бульоном (20–25 г на порцию) или жиром.

На гарнир к отварным мясопродуктам рекомендуется подавать отварные или припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

568. Мясо отварное

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка)	219	161	164	121	110	81
или баранина, козлятина (лопаточная часть, грудинка)	218	156	164	117	109	78

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или свинина (лопаточная часть, грудинка)	196	167	147	125	97	83
или телятина (лопаточная часть, грудинка)	236	156	177	117	118	78
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса отварного мяса	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 757, 759, 765, 767, 768, 773	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 827, 844, 845, 867	—	75	—	75	—	50
Выход	—	325	—	300	—	250

Отварное мясо (с. 268) гарнируют и поливают соусом или бульоном. Говядину и свинину отпускают с соусом красным основным, луковым и сметанным с хреном. Телятину и баранину лучше подавать с соусом паровым и белым с яйцом

Гарниры – каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи в молочном соусе (1-й и 2-й варианты), капуста тушеная. Рис рекомендуется подавать к телятине и баранине, а тушеную капусту к свинине.

Соусы – красный основной, луковый, паровой, белый с яйцом, сметанный с хреном.

569. Баранина, козлятина отварные с овощами

Баранина, козлятина (грудинка, лопаточная часть)	218	156[1] / 156 + 39	164	117[1] / 117 + 29	109	78[1] / 78 + 20
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса вареной баранины, козлятины	—	100[2] / 100 + 38	—	75[2] / 75 + 28	—	50[2] / 50 + 19
Картофель	100	75	100	75	120	90
Капуста белокочанная свежая	69	55	69	55	88	70
Морковь	31	25	31	25	31	25
Репа	27	20	27	20	—	—
Петрушка (корень)	20	15	13	10	—	—
Лук репчатый	30	25	24	20	18	15
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Мука пшеничная	3	3	3	3	3	3
Чеснок	1	0,8	1	0,8	1	0,8
Масса гарнира и соуса	—	300	—	300	—	300
Выход: без кости	—	400	—	375	—	350
с костью	—	438	—	403	—	369

[1] В числителе масса полуфабриката без костей.
В знаменателе – масса полуфабриката с костями (содержание костей в полуфабрикате – 20%).

[2] В числителе – масса вареной баранины, козлятины без костей.
В знаменателе – масса вареной баранины, козлятины с костями.

Баранину или козлятину нарезают или нарубают по 2–5 кусочков на порцию массой по 30–40 г, заливают водой, добавляют соль, овощи и варят. Примерно за 30 мин до окончания варки кладут целый некрупный картофель, капусту, нарезанную крупными шашками, морковь, репу, петрушку и лук, нарезанные дольками. В конце варки кладут перец и лавровый лист.

После окончания варки бульон используют для приготовления белого соуса, который затем соединяют с мясом и овощами, доводят до кипения и кладут рубленый чеснок.

Отпускают баранину вместе с овощами и соусом. Блюдо можно готовить в глиняном горшочке.

570. Язык отварной с соусом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Язык говяжий	169	169	126	126	84	84
или бараний	191	191	143	143	96	96
или свиной, или телячий	170	170	127	127	85	85
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса отварного языка	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 750, 757, 759, 765, 766–768	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 826, 843, 867	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

Подготовленные языки варят так же, как и мясо (с. 268). После варки их погружают в холодную воду и, не давая им сильно остыть, снимают кожу.

Отварные очищенные языки нарезают по 2–4 куска на порцию, проваривают в бульоне, гарнируют и поливают соусом.

Гарниры – бобовые отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, овощи в молочном соусе (1-й и 2-й варианты). Соусы – красный основной, красный с вином, белый основной, сметанный с хреном.

571. Окорок, рулет, корейка, грудинка отварные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	132	100[1]	99	75[1]	66	50[1]
или окорок копчено-вареный и вареный (без шкуры с костями) тамбовский	125	100[1]	94	75[1]	63	50[1]
или окорок сырокопченый (со шкурой и костями) сибирский, советский, тамбовский, воронежский, лопатка	155	100[1]	116	75[1]	77	50[1]
или рулет копчено-вареный (со шкурой и костями) ленинградский, ростовский	114	100[1]	85	75[1]	57	50[1]
или рулет вареный (со шкурой без костей) ленинградский, ростовский	109	100[1]	82	75[1]	54	50[1]
или корейка копченая (со шкурой без костей)	113	100[1]	85	75[1]	57	50[1]

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или корейка копченая (без шкуры и костей)	132	100[1]	99	75[1]	66	50[1]
или грудинка копченая (со шкурой без костей)	114	100[1]	86	75[1]	57	50[1]
или грудинка копченая (без шкуры и костей)	135	100[1]	101	75[1]	67	50[1]
Гарнир №№ 750, 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824. 826. 867	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

[1] Масса готовых мясных продуктов.

Копчено-вареные и вареные мясопродукты перед отпуском нарезают на порции и проваривают в бульоне. Сырокопченые корейку или грудинку отваривают, снимают шкуру, удаляют кости, нарезают на порции и прогревают. Сырокопченый окорок вымачивают, варят 2,5–3 ч, нарезают на порции и проваривают.

Гарниры – бобовые отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – красный основной, красный с вином, сметанный с хреном. Кроме указанных соусов можно подавать соус хрен № 891 (50, 40, 30 г на порцию по I, II и III колонкам соответственно).

572. Сосиски, сардельки отварные

Сосиски или сардельки	103	100[1]	77	75[1]	51	50[1]
Гарнир №№ 744, 746, 757, 759, 765, 773	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 829, 848	—	50	—	50	—	50
или маргарин столовый, или масло сливочное	5	5	3	3	2	2
Выход: с соусом	—	300	—	275	—	250
с жиром	—	255	—	228	—	202

[1] Масса готовых продуктов.

Сосиски или сардельки (искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают) кладут в подсоленную кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении: сосиски – 3–5 мин, сардельки – 7–10 мин. Во избежание повреждения натуральной оболочки и ухудшения вкуса сосиски и сардельки не следует хранить в горячей воде.

При отпуске сосиски или сардельки гарнируют и поливают соусом или жиром. Можно подавать без соуса и жира.

Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

Соусы – красный основной, луковый с горчицей, томатный.

573. Рулет из рубца

Рубец	192	182	143	136	96	91
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Морковь	5	4	4	3	3	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса отварного рубца	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 827, 848, 867	—	100	—	75	—	75
Выход	—	350	—	300	—	275

Рубцы вымачивают 6–8 ч в проточной или сменяемой воде, несколько раз ошпаривают, зачищают и промывают. Подготовленные рубцы свертывают рулетом и перевязывают, заливают холодной водой и варят 4–5 ч. За 30 мин до окончания варки кладут соль, коренья, лук, а специи – в конце варки.

Готовый рулет нарезают по 2–3 куска на порцию и проваривают в бульоне. Подают с гарниром и соусом.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – луковый, томатный, сметанный с хреном.

574. Рубцы в соусе

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Рубцы	192	182	143	136	96	91
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса вареных рубцов	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 748, 753, 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 827, 848	—	100	—	75	—	75
Выход	—	350	—	300	—	275

Вареные рубцы (рец. № 573) нарезают как бефстроганов (рец. № 598), заливают соусом и кипятят 15–20 мин. Отпускают рубцы вместе с соусом и гарниром.

Гарниры – каши рассыпчатые, рис припущенный, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – красный основной, луковый, томатный.

575. Мозги отварные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мозги	166	133	125	100	84	67
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Уксус 3%-ный	5	5	4	4	3	3
Масса отварных мозгов	—	100	—	75	—	50
Шампиньоны свежие	57	43	38	29	—	—
или грибы белые свежие	53	40	36	27	—	—
Масса вареных грибов	—	30	—	20	—	—
Гарнир №№ 748, 757, 759, 765	—	100	—	100	—	150
Соус №№ 843, 844, 847, 848	—	100	—	75	—	50
или масло сливочное	5	5	3	3	—	—
Выход: с соусом	—	330	—	270	—	250
с маслом	—	235	—	198	—	—

Мозги выдерживают в холодной воде в течение 2 ч и, не вынимая из воды, осторожно снимают с них пленку, затем заливают холодной водой, добавляют уксус, морковь, лук, петрушку и доводят до кипения. Дальнейшую варку производят при слабом кипении (10–15 мин). За 5–10 мин до окончания варки кладут соль, перец горошком и лавровый лист. Хранят мозги в том же отваре. По мере спроса отварные мозги порционируют и проваривают в бульоне. При отпуске на мозги кладут ломтики вареных шампиньонов или белых грибов (I и II колонки), гарнируют и поливают соусом или маслом. Блюдо можно отпускать без грибов.

Гарниры – рис припущенный, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – белый основной, паровой, белый с каперсами, томатный.

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО

576. Вымя отварное в соусе

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Вымя говяжье	182	182	136	136	91	91
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса отварного вымени	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 746, 753, 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 827, 828, 829, 863, 867	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

Куски вымени массой 1,5–2 кг вымачивают в холодной воде 3–5 ч и варят с кореньями и специями, как говядину (с. 268). Отварное вымя нарезают широкими кусками по 1–2 на порцию, заливают соусом и кипятят 10–15 мин.

Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – красный основной, луковый, красный с луком и огурцами, луковый с горчицей, сметанный, сметанный с хреном.

577. Котлеты натуральные паровые

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Свинина (корейка)	244	208+20[1]*	123	105+20[1]*	—	—
или телятина (корейка)	295	195+20[1]*	159	105+20[1]*	—	—
Масса готовой котлеты:						
из свинины	—	125+20[1]	—	63+20[1]	—	—
из телятины	—	125+20[1]	—	67+20[1]	—	—
Шампиньоны свежие	47	36	38	29	—	—
или грибы белые свежие	43	33	36	27	—	—
Масса вареных грибов	—	25	—	20	—	—
Гарнир №№ 747, 748, 757, 759, 765, 766	—	150	—	150	—	—
Соус № 844	—	100	—	75	—	—
или масло сливочное, или маргарин столовый	15	15	10	10	—	—
Выход: с соусом						
свинина	—	420	—	328	—	—
телятина	—	420	—	332	—	—
или жиром						
свинина	—	335	—	263	—	—
телятина	—	335	—	267	—	—

[1] Масса реберной косточки.

Подготовленные натуральные котлеты припускают в небольшом количестве бульона. За 20–25 мин до готовности добавляют шляпки шампиньонов или белых грибов (грибы можно нарезать ломтиками). На бульоне, оставшемся после припускания, готовят соус паровой. При отпуске на котлету кладут готовые грибы, поливают соусом или жиром и гарнируют. Блюдо можно готовить без грибов.

Гарниры – рис отварной, рис припущенный, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром.

Соус – паровой.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

578. Бешбармак по-киргизски

Баранина (тазобедренная часть, корейка)	218	156	164	117	—	—
Перец черный горошком	0,5	0,5	0,5	0,5	—	—
Масса вареной баранины	—	100	—	75	—	—
На тесто:						
Мука	62	62	42	42	—	—
в том числе мука на подпыл	2	2	2	2	—	—
Яйца	1/5 шт.	8	1/8 шт.	5	—	—
Вода	15	15	13	13	—	—
Масса теста	—	83	—	58	—	—
Масса готовой лапши	—	150	—	100	—	—
Лук репчатый	36	30	30	25	—	—
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	—	—
Бульон	150	150	150	150	—	—
Выход	—	430	—	350	—	—

Отварную баранину нарезают тонкими ломтиками шириной 0,5 см и длиной 5–7 см. Из муки, яиц и воды приготавливают пресное тесто, тонко его раскатывают, нарезают в виде лапши (0,5 × 5–7 см) и отваривают в бульоне. При отпуске отварную лапшу соединяют с нарезанной бараниной. Сверху кладут нарезанный кольцами, припущенный в бульоне репчатый лук, посыпают перцем.

Лапшу и мясо подают в кесе, а бульон – отдельно в пиале.

ЖАРЕНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

Для приготовления жареных блюд используют говядину (вырезку, толстый и тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части), баранину, козлятину, свинину и телятину (все части туши, кроме шейной части), а также субпродукты, некоторые колбасные изделия.

Для жаренья мясо подготавливают в виде крупных (массой 1–2 кг), порционных (массой 40–270 г) и мелких (массой 10–40 г) кусков.

Крупные куски мяса должны быть примерно одинаковой толщины. Мякоть лопаточной части свертывают рулетом и перевязывают. Тазобедренные части мелкого скота разрезают (по слоям) на 2–3 куска. Грудинку жарят с реберными костями, подготавливая ее так же, как и для варки (с. 268).

Порционным кускам в зависимости от вида изделий придают определенную форму и выравнивают толщину путем легкого отбивания; порционные куски, нерезанные из тазобедренной части говядины, сильно отбивают или рыхлят на специальной машине и перерезают сухожилия ножом.

Порционные куски мяса и субпродуктов жарят в натуральном или панированном виде. Существуют следующие способы панирования порционных полуфабрикатов из мяса и субпродуктов: панирование в муке; смачивание в льезоне[1] и затем панирование в сухарях; панирование в муке с последующим смачиванием в льезоне и панированием в сухарях.

Подготовленные крупные куски мяса посыпают солью и перцем, укладывают на разогретый противень или сковороду с жиром так, чтобы куски не соприкасались друг с другом, обжаривают на плите или ставят в жарочный шкаф, нагретый до 200–250 °С. При этих условиях на поверхности быстро образуется поджаристая корочка, после чего мясо дожаривают при температуре не выше 150 °С, периодически поливая жиром и соком.

При таком режиме жаренья готовое мясо получается сочным и вкусным. Готовность мяса определяют поварской иглой. В прожаренное мясо игла входит легко, а в месте прокола выделяется бесцветный сок.

Непанированные порционные куски мяса жарят на плите или в специальной аппаратуре, посыпают их солью и перцем, кладут на сковороду или противень с жиром, нагретым до 150–180 °С, и жарят до образования поджаристой корочки с обеих сторон.

Выделяющийся при жаренье жир и мясной сок используют для приготовления и отпуска мясных блюд. Для этого на противень или сковороду сразу после окончания жаренья наливают небольшое количество горячей воды или бульона и дают закипеть. Полученную жидкость сливают в посуду и уваривают с добавлением поджаренных кореньев и лука, снимая излишний жир.

[1] Приготовление льезона указано на с. 238.

Мясной сок в количестве 25 г на порцию используют для поливки мяса, жаренного в натуральном виде.

Вместо мясного сока натуральное мясо, жаренное крупным или порционным куском, можно поливать жиром или подавать к нему соус.

Панированные порционные куски мяса и субпродуктов жарят на плите (4–5 мин), а затем ставят в жарочный шкаф на 4–5 мин. Перед панированием их посыпают солью и перцем.

Некоторые продукты (мозги, грудинка и др.) предварительно варят, посыпают солью и перцем, панируют в муке, смачивают в льезоне, затем панируют в сухарях и жарят в большом количестве жира (во фритюре), нагретом до 180–190 °С. После образования корочки продукты вынимают и дают стечь жиру.

Жареные изделия (за исключением рубленых), при панировании которых употребляют сухари, при отпуске поливают только жиром или подают к ним отдельно соус или мясной сок.

Гарнируют жареные мясные изделия жареным и вареным картофелем, овощами, рассыпчатыми кашами, макаронами.

Общие правила жаренья изделий из рубленого мяса описаны в специальном разделе (с. 312).

579. Мясо, жаренное крупным куском

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (вырезка, толстый, тонкий края)	209	154	156	115	105	77
или баранина, козлятина (тазобедренная часть, корейка, лопаточная часть)	222	159	166	119	110	79
или свинина (тазобедренная часть, корейка, шейная часть, лопаточная часть)	173	147	129	110	87	74
или телятина (тазобедренная часть, лопаточная часть, корейка)	241	159	180	119	120	79
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3	2	2
Масса жареного мяса	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 748, 750, 752, 753, 757, 758, 759, 761, 767, 773, 798, 804	—	150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	225	—	200

Говядину жареную (с. 274) нарезают по 2–3 куска на порцию, а телятину, свинину и баранину – по 1–2 куска. При отпуске мясо гарнируют и поливают мясным соком.

Гарниры – каши рассыпчатые, рис припущенный, бобовые отварные, горох или фасоль отварные с томатом и луком, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель в молоке, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), овощи в молочном соусе (1-й вариант), капуста тушеная, сложные гарниры.

К говядине подают картофель отварной или жареный, или сложные гарниры и дополнительно строганый хрен (15–20 г). К баранине подают кашу рассыпчатую гречневую, рис припущенный, бобовые отварные, горох или фасоль отварные с томатом и луком, картофель отварной или жареный, сложные гарниры. Можно подать соус молочный с луком (рец. № 859) 50 г на порцию.

К свинине подают кашу рассыпчатую гречневую, бобовые отварные, картофель отварной или жареный, тушеную капусту, сложные гарниры. К телятине можно подать макаронные изделия отварные, картофель в молоке, овощи в молочном соусе (1-й вариант), сложные гарниры.

580. Мясо, жаренное крупным куском, шпигованное

Говядина (толстый, тонкий края)	178	131	136	100	94	69
Шпик	18	17	11	11	6	6
или баранина, козлятина (корейка, тазобедренная часть, лопаточная часть)	222	159	166	119	110	79

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Чеснок	2,3	1,8	1,5	1,2	1,0	0,8
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3	2	2
Масса жареного шпигованного мяса	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 748, 750, 752, 753, 757, 758, 759, 761, 767, 773, 798, 804	—	150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	225	—	200

Говядину шпигуют шпиком, а баранину чесноком. Шпигованное мясо жарят (с. 274). Отпускают так же, как мясо, жаренное крупным куском (рец. № 579).

581. Грудинка, фаршированная кашей

Баранина, козлятина (грудинка)	222	159	166	119	110	79
Крупа гречневая[1]	52	52	52	52	50	50
или крупа рисовая	39	39	39	39	38	38
Масса каши	—	109	—	109	—	105
Лук репчатый	36	30	36	30	24	20
Маргарин столовый	16	16	12	12	8	8
Масса пассерованного лука с жиром	—	26	—	22	—	15
Яйца	1/2 шт.	20	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10
Петрушка (зелень) или укроп	7	5	8	6	6	4
Масса фарша	—	160	—	150	—	134
Масса полуфабриката	—	319	—	269	—	213
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3	2	2
Масса жареной грудинки	—	255	—	215	—	170
Выход	—	255	—	215	—	170

[1] Ядрица не поджаренная и быстроразваривающаяся.

У грудинки с внутренней стороны вдоль реберных костей прорезают пленки, ребра удаляют до или после тепловой обработки. Затем по всей длине грудинки, начиная с тонкого ее конца, между наружным слоем мяса и слоем мяса, непосредственно прилегающим к ребру, прорезают пленки так, чтобы получилось пространство в виде мешка. Образовавшийся мешок наполняют рассыпчатой кашей (рисовой или гречневой), смешанной с пассерованным луком и жиром, сваренными вкрутую измельченными яйцами и зеленью петрушки или укропа. Края зашивают.

Подготовленную грудинку посыпают солью, перцем и жарят в жарочном шкафу до готовности (более часа).

Готовую грудинку нарезают по одному куску на порцию и поливают мясным соком.

582. Грудинка, фаршированная рисом и печенью

Баранина, козлятина (грудинка)	222	159	166	119	110	79
Крупа рисовая	29	29	29	29	29	29
Масса каши	—	81	—	81	—	81
Печень говяжья	35	29	27	22	18	15
или свиная, или баранья	33	29	25	22	17	15
Масса жареной печени	—	20	—	15	—	10
Лук репчатый	24	20	24	20	24	20

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый	16	16	12	12	8	8
Масса пассерованного лука с жиром	—	23	—	19	—	15
Яйца	1/2 шт.	20	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10
Петрушка (зелень) или укроп	7	5	7	5	8	6
Масса фарша	—	147	—	131	—	121
Масса полуфабриката	—	306	—	250	—	200
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3	2	2
Масса жареной грудинки	—	245	—	200	—	160
Выход	—	245	—	200	—	160

Грудинку подготавливают так же, как в рец. № 581, фаршируя ее рассыпчатой рисовой кашей, смешанной с пассерованным луком и жиром, измельченной жареной печенью, крутыми яйцами, зеленью петрушки или укропа. Жарят и подают грудинку так же, как грудинку баранью, фаршированную кашей.

583. Грудинка, фаршированная мясом с рисом или мясом

Баранина (грудинка)	166	119	110	79	—	—
На фарш:						
Крупа рисовая	14	14	8	8	—	—
Масса готового риса	—	39	—	22	—	—
Баранина (котлетное мясо)	42	30	28	20	—	—
Вода	6	6	4	4	—	—
или						
Баранина (котлетное мясо)	91	65	56	40	—	—
Вода	10	10	6	6	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	—	—
Маргарин столовый	8	8	5	5	—	—
Масса пассерованного лука с жиром[1]	—	15	—	12	—	—
Масса фарша	—	86	—	56	—	—
Масса полуфабриката	—	205	—	135	—	—
Жир животный топленый пищевой	3	3	2	2	—	—
Масса жареной грудинки	—	164	—	108	—	—
Гарнир №№ 744, 750, 753, 759, 761, 766, 785	—	150	—	150	—	—
Выход	—	314	—	258	—	—

[1] Пассерованный с жиром лук используется для обоих видов фарша.

Полуфабрикат приготавливают и блюдо отпускают так же, как описано в рец. № 581, но используют фарш мясной или мясной с рисом.

Фарш: в измельченное сырое мясо добавляют воду, соль, перец, пассерованный лук и отварной рис (для фарша мясного с рисом), затем все тщательно перемешивают.

Гарниры – каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), овощи, припущенные с жиром, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

584. Поросенок жареный

Поросенок	268	214	179	143	134	107
Сметана	10	10	7	7	5	5
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3	2	2
Масса жареного поросенка	—	150	—	100	—	75
Гарнир №№ 744, 761, 785, 798	—	150	—	150	—	150
Выход	—	300	—	250	—	225

Обработанным поросятам придают плоскую форму, посыпают снаружи и внутри солью. Тушки массой свыше 4 кг перед жареньем разрубают вдоль на половинки, а еще более крупные тушки (свыше 6 кг)-на 4-6 частей. Подготовленные тушки кладут на разогретый противень с жиром спинкой вверх, прокалывают кожу в нескольких местах, смазывают поверхность сметаной, обжаривают в жарочном шкафу при температуре 250–275 °С, после чего дожаривают при температуре 165–170 °С. Чтобы корочка у поросенка получилась хрустящей, в процессе жаренья его не переворачивают и не поливают соком, а только смазывают жиром. В зависимости от массы тушек жаренье продолжается 50–60 мин. У готовых поросят отрезают голову, разрубают вдоль пополам, а каждую половинку нарубают поперек на порционные куски. Отпускают с гарниром, поливая мясным соком и выделившимся жиром.

Гарниры – каша рассыпчатая гречневая, картофель жареный (из сырого), тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложный гарнир. Можно подать соус сметанный с хреном 75 г – по I и II колонке, 50 г – по III колонке.

585. Бифштекс

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного бифштекса	—	100	—	79	—	50
Хрен (корень)	23	15	16	10	—	—
Масло зеленое № 879	15	15	—	—	—	—
Гарнир №№ 760, 761, 762, 785, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Выход	—	280	—	239	—	200

Порционные куски толщиной 20–30 мм, нарезанные из утолщенной части зачищенной вырезки, слегка отбивают, посыпают солью и перцем и жарят на сковороде с жиром, нагретым до 150–180 °С, до образования с обеих сторон поджаристой корочки.

Продолжительность тепловой обработки составляет около 15 мин.

Отпускают бифштекс с гарниром и строганым хреном (I и II колонки), поливают мясным соком и кладут на него кусочек зеленого масла (I колонка). При отсутствии свежего хрена к бифштексу отдельно можно подать соус хрен промышленного производства (30 г).

Гарниры – картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

586. Бифштекс с яйцом

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного бифштекса	—	100	—	79	—	50
Яйцо	1 шт.	40	1 шт.	40	1 шт.	40
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса готовой яичницы	—	40	—	40	—	40
Хрен (корень)	23	15	16	10	—	—
Гарнир №№ 760, 761, 762, 785, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Выход	—	305	—	279	—	240

Приготавливают так же, как и бифштекс (рец. № 585), но при отпуске на готовый бифштекс вместо зеленого масла кладут яичницу глазунью из одного яйца. Гарниры – те же.

587. Бифштекс с луком

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	—	—
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	—	—
Масса жареного бифштекса	—	100	—	79	—	—
Лук, жаренный во фритюре № 783	—	40	—	35	—	—
Гарнир № 760–762	—	150	—	150	—	—
Выход	—	290	—	264	—	—

Приготавливают так же, как бифштекс (рец. № 585). При отпуске вокруг готового бифштекса укладывают жареный картофель, мясо поливают соком и кладут на него лук, жаренный во фритюре.

Гарниры – картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре.

588. Филе

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	5	5	3	3	3	3
Масса жареного филе	—	100	—	79	—	50
Гарнир №№ 757, 760–762, 765, 784, 785, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Выход	—	255	—	234	—	205

Порционные куски толщиной 40–50 мм нарезают из средней части вырезки, посыпают солью, перцем и, не отбивая, жарят с обеих сторон на сковороде с жиром, нагретым до температуры 150–180 °C. В зависимости от требуемой степени прожаривания продолжительность жаренья составляет до 25 мин. При отпуске филе поливают жиром и мясным соком.

Гарниры – картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

589. Филе с соусом

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	—	—
Жир животный топленый пищевой	5	5	3	3	—	—
Масса жареного филе	—	100	—	79	—	—
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	26	20	26	20	—	—
или язык говяжий	34	34	34	34	—	—
Масса готового окорока или языка	—	20	—	20	—	—
Гренки № 1107	—	20	—	20	—	—
Гарнир №№ 760-762, 764, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	—
Соус №№ 826, 831, 835	—	75	—	50	—	—
Выход	—	365	—	319	—	—

Вырезку нарезают и жарят, как в рец. № 588. При отпуске на гренок кладут ломтик прогретого копчено-вареного окорока или вареного языка, сверху-жареное филе и поливают соусом. Гарнир подают отдельно.

Гарниры - картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные, сложные гарниры.

Соусы-красный с вином, красный с грибами и помидорами, красный с эстрагоном.

590. Филе с грибами и соусом

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	—	—
Жир животный топленый пищевой	5	5	3	3	—	—
Масса жареного филе	—	100	—	79	—	—
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	26	20	—	—	—	—
или язык говяжий	34	34	—	—	—	—
Масса готового окорока или языка	—	20	—	—	—	—
Шампиньоны свежие	38	29	38	29	—	—
или грибы белые свежие	36	27	36	27	—	—
Масса вареных грибов	—	20	—	20	—	—
Гренки № 1107	—	20	—	20	—	—
Гарнир №№ 760-762, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	—
Соус № 826	—	75	—	50	—	—
Выход	—	385	—	319	—	—

Мясо нарезают и жарят, как в рец. № 588. При отпуске на гренок кладут ломтик копчено-вареного прогретого окорока или вареного языка и жареное филе, сверху отварные грибы, нарезанные ломтиками, и поливают красным соусом с вином.

Гарниры-картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, сложные гарниры.

Соус - красный с вином.

591. Филе с помидорами и соусом

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	—	—
Жир животный топленый пищевой	5	5	3	3	—	—
Масса жареного филе	—	100	—	79	—	—
Гренки № 1107	—	20	—	20	—	—
Паштет из печени № 165	—	25	—	25	—	—
Помидоры жареные № 784	—	55	—	55	—	—
Гарнир №№ 760-762	—	100	—	100	—	—
Соус № 826	—	75	—	50	—	—
Выход	—	375	—	329	—	—

Мясо нарезают и жарят, как в рец. № 588. При отпуске на гренок, смазанный паштетом из печени, кладут жареное филе, поливают соусом, а сверху укладывают половинки поджаренных помидоров. Гарнир можно подать отдельно. Допускается приготовление без гренков и паштета.

Гарниры – картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре.

Соус – красный с вином.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

592. Лангет

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного лангета	—	100	—	79	—	50
Гарнир №№ 760–762, 764, 784, 785, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	229	—	200

Лангет нарезают из тонкой части вырезки по 2 куска на порцию, толщиной 10–12 мм, слегка отбивают, посыпают солью и перцем и жарят с обеих сторон на сковороде с жиром, нагретым до 150–180°С, до образования поджаристой корочки (8 мин). При отпуске лангет гарнируют и поливают мясным соком.

Гарниры – картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

593. Лангет с помидорами

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	—	—
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	—	—
Масса жареного лангета	—	100	—	79	—	—
Помидоры жареные № 784	—	80	—	65	—	—
Гарнир №№ 760–762, 764, 785, 804, 805	—	150	—	150	—	—
Выход	—	330	—	294	—	—

Приготавливают, как лангет с гарниром (рец. № 592). При отпуске гарнируют, поливают мясным соком и кладут на лангет половинки поджаренных помидоров.

Гарниры – картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

594. Лангет с соусом

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного лангета	—	100	—	79	—	50
Гарнир №№ 760–762, 764, 784, 785, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 826, 827, 828, 865	—	75	—	50	—	50
Выход	—	325	—	279	—	250

Приготавливают так же, как и лангет (рец. № 592). При отпуске гарнируют, соус подают отдельно или поливают им мясо.

Гарниры – картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

Соусы – красный основной, красный с вином, луковый, красный с луком и огурцами, сметанный с луком.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

595. Антрекот

Говядина (толстый и тонкий края)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного антрекота	—	100	—	79	—	50
Масло зеленое № 879	15	15	—	—	—	—
Хрен (корень)	23	15	16	10	—	—
Гарнир №№ 758, 760–762, 778, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Выход	—	280	—	239	—	200

Антрекот нарезают из толстого или тонкого края по одному куску на порцию толщиной 15–20 мм, отбивают, посыпают солью и перцем и жарят основным способом. Отпускают антрекот с гарниром и строганым хреном, поливают мясным соком и кладут на него кусочек зеленого масла. При отсутствии свежего хрена к антрекоту отдельно можно подать соус хрен промышленного производства (30 г).

Гарниры – картофель в молоке, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, кабачки или тыква, тушенные в сметане, сложные гарниры.

596. Антрекот с яйцом

Говядина (толстый и тонкий края)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного антрекота	—	100	—	79	—	50
Яйцо	1 шт.	40	1 шт.	40	1 шт.	40
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса готовой яичницы	—	40	—	40	—	40
Хрен (корень)	23	15	16	10	—	—
Гарнир №№ 758, 760–762, 778, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Выход	—	305	—	279	—	240

Приготавливают так же, как антрекот (рец. № 595), но при отпуске на готовый антрекот кладут яичницу глазунью из одного яйца, гарнируют, рядом располагают горку строганого хрена (I и II колонки). Гарниры те же, что и в рец. № 595.

597. Антрекот с луком

Говядина (толстый и тонкий края)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного антрекота	—	100	—	79	—	50
Лук, жаренный во фритюре № 783	—	40	—	35	—	30
Гарнир №№ 758, 760–762, 778, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Выход	—	290	—	264	—	230

Приготавливают так же, как антрекот (рец. № 595), но при отпуске на готовый антрекот кладут лук, жаренный во фритюре. Гарниры те же, что и в рец. № 595.

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО

598. Бефстроганов

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Говядина (вырезка, толстый и тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части)	216	159	162	119	107	79
или телятина (корейка, тазобедренная часть, лопаточная часть)	241	159	180	119	120	79
Лук репчатый	57	48	43	36	29	24
Маргарин столовый	15	15	10	10	7	7
Масса лука пассерованного	-	24	—	18	- -	12
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Сметана	40	40	30	30	20	20
Соус Южный	5	5	4	4	3	3
Масса жареного мяса	—	100	—	75	--	50
Масса соуса и пассерованного лука	-	100	—	75	-	50
Гарнир №№ 757, 760–762, 764	- -	150	—	150	- -	150
Выход	–	350	—	300	-	250

Нарезанное широкими кусками мясо отбивают до толщины 5–8 мм и нарезают брусочками длиной 30–40 мм массой по 5–7 г. Полученные кусочки кладут ровным тонким слоем на сковороду с жиром, разогретым до температуры 150–180°С, посыпают солью и перцем и жарят, непрерывно помешивая, в течение 3–4 мин. Из пассерованной без жира муки, сметаны, соуса Южного согласно рецептуре приготавливают соус. В соус кладут пассерованный лук, заливают им обжаренное мясо и доводят до кипения. Соус Южный можно исключить, соответственно увеличив закладку сметаны. Отпускают бефстроганов вместе с соусом, гарнир подают отдельно (по III колонке допускается совместная подача).

Гарниры – картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные.

599. Поджарка

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Говядина (толстый, тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части)	216	159	162	119	107	79
или свинина (корейка, тазобедренная часть)	173	147	129	110	87	74
или баранина, козлятина (корейка, тазобедренная часть)	222	159	166	119	110	79
или телятина (корейка, лопаточная часть, тазобедренная часть)	241	159	180	119	120	79
Масса жареного мяса	—	100	—	75	—	50
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Жир животный топленый пищевой	15	15	10	10	7	7
Масса пассерованного лука	- -	20		15	—	10
Томатное пюре	20	20	15	15	10	10
Масса пассерованного лука и томата	—	35	—	25	--	15
Гарнир №№ 744, 750, 753, 757, 760–762, 765, 773, 776	—	150	—	150	-	150
Выход	—	285	—	250	--	215

Мясо, нарезанное брусочками, массой 10–15 г, посыпают солью и перцем, жарят до готовности. Затем добавляют мелко нашинкованный пассерованный репчатый лук, томатное пюре и жарят еще 2–3 мин. По I и II колонкам поджарку готовят и отпускают в порционной сковородке. Гарнир подают отдельно (по III колонке допускается совместная подача).

Гарниры – каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, капуста тушеная, свекла тушеная.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

600. Шашлык из баранины, говядины или свинины

Баранина, козлятина (корейка, тазобедренная часть)	222	159	166	119	—	—
или говядина (вырезка, толстый, тонкий края)	216	159	162	119	—	—
или свинина (корейка, тазобедренная часть)	173	147	129	110	—	—
Лук репчатый	30	25	24	20	—	—
Уксус 3%-ный	15	15	10	10	—	—
Масса жареного шашлыка	—	100	—	75	—	—
Соус Южный	15	15	10	10	—	—
Гарнир:						
Помидоры свежие	118	100	118	100	—	—
или огурцы свежие	105	100	105	100	—	—
Лук зеленый	25	20	25	20	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	—	—
Лимон	11	10	11	10	—	—
Выход	—	265	—	235	—	—

Мясо нарезают кубиками по 30–40 г (по 3–4 кусочка на порцию), посыпают солью, перцем, сбрызгивают уксусом, добавляют сырой рубленый репчатый лук, перемешивают и ставят в холодное место на 4–6 ч. Подготовленное мясо надевают на шпажку и жарят над раскаленными углями или в гриле.

Если шашлык готовят из молодой баранины, то нарезанное мясо (без предварительного маринования) посыпают солью, перцем, надевают на шпажки и жарят, как маринованный шашлык. В этом случае лук и уксус для маринования не используются.

При отпуске шашлык гарнируют дольками свежих помидоров или огурцов, кольцами сырого репчатого лука, а также зеленым луком, нарезанным столбиками длиной 3,5–4,0 см и долькой лимона.

Вместо свежих овощей к шашлыку можно подать рассыпчатый рис (рец. №№ 747, 748 или 749 – 130 г) и сырой или маринованный репчатый лук (рец. № 782 – 20 г). Норму соуса Южного можно увеличить до 50 г. Шашлык можно отпускать без соуса или с одним репчатым луком (20 г). Выход блюда при этом соответственно изменяется.

601. Шашлык из говядины

Говядина (вырезка)	216	159	162	119	—	—
Шпик	41	39	29	28	—	—
Жир животный топленый пищевой	11	11	7	7	—	—
Масса жареной говядины	—	100	—	75	—	—
Масса жареного шпика	—	35	—	25	—	—
Лук, жаренный во фритюре № 783	—	25	—	20	—	—
Гарнир № 748	—	150	—	150	—	—
Соус Южный	15	15	10	10	—	—
Выход	—	325	—	280	—	—

Кусочки мяса одинаковой формы массой по 40 г посыпают солью и перцем и накалывают на шпажку вперемешку с кусочками шпика, вдвое меньшей толщины. Первый и последний кусочки должны быть мясными. Подготовленный шашлык жарят на сковородке с небольшим количеством жира. Можно жарить и на углях, но в этом случае жир животный топленый пищевой не используется.

При отпуске на припущенный рис кладут шашлык (шпажку вынимают так, чтобы форма шашлыка сохранилась), сверху укладывают кольца жаренного во фритюре лука. Шашлык можно отпускать без риса.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

602. Котлеты натуральные

Баранина (корейка)	222	159 + 12[1]	158	113 + 12[1]*	112	80[2]*
или свинина (корейка)	173	147 + 20[1]	123	105 + 20[1]*	94	80[2]*
или телятина (корейка)	241	159 + 20[1]	159	105 + 20[1]*	121	80[2]*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареных котлет						
из баранины	—	100 + 12[1]	—	71 + 12[1]	—	50[2]
из свинины	—	100 + 20[1]	—	71 + 20[1]	—	54[2]
из телятины	—	100 + 20[1]	—	66 + 20[1]	—	50[2]
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	—		—	—
Гарнир №№ 757, 758, 760–762, 765, 767, 768–798, 800, 805	—	150	—	150	—	150
Выход: баранины	—	267	—	233	—	200
свинины	—	275	—	241	—	204
телятины	—	275	—	236	—	200

[1] Масса реберной косточки.
[2] Масса котлет дана без косточки

Натуральные котлеты, нарезанные из корейки по одному куску на порцию вместе с реберной костью (I и II колонки), жарят на разогретой сковородке с жиром и доводят до готовности в жарочном шкафу (10–12 мин).

При отпуске на косточку котлеты надевают папильотку, гарнируют и поливают жиром или мясным соком.

Гарниры – картофель отварной, картофель в молоке, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, овощи в молочном соусе (1-й и 2-й варианты), сложные гарниры.

603. Окорок жареный с помидорами или луком

Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	146	111	109	83	74	56
Горчица	—	20	—	15		10
Маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
Масса обжаренного окорока	—	100	—	75	—	50
Помидоры жареные № 784	—	80	—	65	—	-
или лук, жаренный во фритюре № 783	—	40	—	35	—	30
Гарнир №№ 750, 757, 759, 760, 761, 765, 773, 785	—	150	—	150	—	150
Выход: с помидорами	—	330	—	290	—	—
с луком	—	290	—	260	—	230

Окорок, нарезанный ломтиками, смазывают горчицей и обжаривают 2–3 мин на жире. При отпуске на окорок кладут половинки поджаренных свежих помидоров или лук, жаренный во фритюре, и гарнируют.

Гарниры – бобовые отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, капуста тушеная, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

604. Колбаса, сардельки, сосиски жареные

Колбаса вареная	114	111	86	83	58	56
или сардельки целиком	112	109	84	82	55	54
или сардельки, разрезанные вдоль	121	118	90	88	61	59
или сосиски	114	111	85	83	57	56
Маргарин столовый	8	8	7	7	5	5
Масса обжаренных колбасных изделий	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744,752,757–759, 760, 761, 765, 773, 785	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 829	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

Очищенную колбасу, нарезанную по 1–2 куска на порцию, сардельки целиком или разрезанные вдоль или сосиски обжаривают. При отпуске колбасные изделия гарнируют и поливают соусом. Можно отпускать без соуса.

Гарниры – каши рассыпчатые, горох или фасоль отварные с томатом и луком, картофель отварной, картофель в молоке, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, капуста тушеная, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

Соусы – красный основной, луковый с горчицей.

605. Колбаса жареная по-ленинградски

Колбаса вареная	114	111	86	83	57	55
Мука	6	6	4	4	3	3
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6	1/10 шт.	4
Сухари	20	20	15	15	10	10
Масса полуфабриката	—	140	—	105	—	70
Маргарин столовый	12	12	10	10	6	6
Масса жареной колбасы	—	120	—	90	—	60
Гарнир №№ 744, 752, 757, 759, 760, 761, 765, 773, 785	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 829	—	100	—	75	—	50
или маргарин столовый или масло сливочное	8	8	5	5	4	4
Выход: с соусом	—	370	—	315	—	260
с жиром	—	278	—	245	—	214

Колбасу очищают, нарезают по 1–2 куска на порцию, панируют в муке, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и обжаривают с обеих сторон. Отпускают с гарниром и соусом или гарниром и жиром. Можно отпускать без жира и соуса.

Гарниры и соусы те же, что и в рец. № 604.

606. Эскалоп

Свинина (корейка)	173	147	147	125*	94	80*
или телятина (корейка)	241	159	189	125*	121	80*
или баранина (корейка)	222	159	175	125*	112	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного эскалопа из свинины	—	100	—	85	—	54

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
из телятины, баранины	—	100	—	79	—	50
Гренки № 1107	—	20	—	20	—	—
Гарнир №№ 757, 760–762, 765, 798, 800	—	150	—	150	—	150
Выход: из свинины	—	270	—	255	—	204
из телятины или баранины	—	270	—	249	—	200

Из корейки нарезают порционные куски мяса толщиной 10–15 мм (по 1–2 на порцию), слегка отбивают, посыпают солью, перцем и жарят с обеих сторон. При отпуске эскалоп кладут на гренок, гарнируют и поливают мясным соком.

Гарниры – картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, сложные гарниры.

607. Эскалоп с соусом

Свинина (корейка)	173	147	147	125*	—	—
или телятина (корейка)	241	159	189	125*	—	—
или баранина (корейка)	222	159	175	125*	—	—
Почки (свиные, телячьи)	30	27	24	22	—	—
Грибы белые свежие	70	53	53	40	—	—
или шампиньоны свежие	75	57	57	43	—	—
Жир животный топленый пищевой	13	13	10	10	—	—
Масса жареного эскалопа из свинины	—	100	—	85	—	—
из телятины, баранины	—	100	—	79	—	—
Гренки № 1107	—	20	—	20	—	—
Масса жареных почек	—	15	—	12	—	—
Помидоры жареные № 784	—	25	—	25	—	—
Масса вареных грибов	—	40	—	30	—	—
Гарнир №№ 757, 760–762, 765, 798, 800	—	100	—	100	—	—
Соус №№ 826, 828, 835, 848	—	100	—	75	—	—
Чеснок	1,0	0,8	1,0	0,8	—	—
Выход: из свинины	—	400	—	347	—	—
из телятины, баранины	—	400	—	341	—	—

Уложенный на гренок жареный эскалоп (рец. № 606) гарнируют, кладут на него половинки поджаренных помидоров, поджаренные почки и вареные грибы, нарезанные ломтиками, и поливают соусом, в который добавляют мелко нарубленный чеснок.

Гарнир – картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, сложные гарниры.

Соусы – красный с вином, красный с луком и огурцами, красный с эстрагоном, томатный.

608. Эскалоп с помидорами

Свинина (корейка)	173	147	147	125*	94	80*
или телятина (корейка)	241	159	189	125*	121	80*
или баранина (корейка)	222	159	175	125*	112	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Масса жареного эскалопа						
из свинины	—	100	—	85	—	54
из телятины, баранины	—	100	—	79	—	50
Помидоры жареные № 784	—	50	—	50	—	50
Гарнир №№ 760–762, 764, 785	—	150	—	150	—	150
Выход: из свинины	—	300	—	285	—	254
из телятины, баранины	—	300	—	279	—	250

На жареный эскалоп (рец. № 606) кладут половинки поджаренных помидоров, поливают мясным соком и гарнируют.

Гарниры – картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

609. Мясо жареное с соусом эстрагон

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Баранина, козлятина (корейка, тазобедренная часть)	222	159	166	119	110	79
или свинина (корейка, тазобедренная часть)	173	147	129	110	87	74
или телятина (корейка, тазобедренная часть)	241	159	180	119	120	79
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного мяса	—	100	—	75	—	50
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	26	20	—	—	—	—
или язык говяжий	34	34	—	—	—	—
Масса готового окорока или языка	—	20	—	—	—	—
Гренки № 1107	—	20	—	20	—	20
Гарнир №№ 760–762, 784, 785, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Соус № 835	—	100	—	75	—	50
Выход	—	390	—	320	—	270

Мясо нарезают по 1–2 куска на порцию, отбивают, посыпают солью и перцем и жарят. На гренок кладут прогретый копчено-вареный окорок или отварной язык, сверху укладывают жареное мясо и поливают соусом красным с эстрагоном. Гарнир подают отдельно.

Гарниры – картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

610. Котлеты отбивные

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Свинина (корейка)	168	143 + 20[1]	106	90 + 20[1]	82	70[2]
или телятина (корейка)	217	143 + 20[1]	136	90 + 20[1]	106	70[2]
или баранина (корейка)	211	151 + 12[1]	137	98 + 12[1]	98	70[2]
Яйца	1/5 шт.	8	1/8 шт.	5	1/13 шт.	3
Сухари	22	22	15	15	9	9
Масса полуфабриката						
из свинины, телятины	—	171 + 20[1]	—	105 + 20[1]*	—	80[2]*
из баранины	—	179 + 12[1]	—	113 + 12[1]*	—	80[2]*

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареных котлет						
из свинины, телятины	—	125 + 20[1]	—	77 + 20[1]	—	58
из баранины	—	125 + 12[1]	—	79 + 12[1]	—	56
Гарнир №№ 757, 760, 762, 765, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
Выход: из свинины, телятины	—	303	—	252	—	212
из баранины	—	295	—	246	—	210

[1] Масса реберной косточки.
[2] Масса дана без косточки.

Порционные куски мяса, нарезанные с косточкой (по III колонке без косточки) из корейки (по одному на порцию), слегка отбивают, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят с обеих сторон. При отпуске гарнируют и поливают жиром. По II и III колонкам можно отпускать без жира.

Гарниры – картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, сложные гарниры.

611. Шницель

Свинина (тазобедренная часть)	168	143	129	110	82	70
или телятина (тазобедренная часть)	217	143	167	110	106	70
или баранина, козлятина (тазобедренная часть)	211	151	154	110	98	70
Яйца	1/5 шт.	8	1/8 шт.	5	1/13 шт	3
Сухари	22	22	15	15	9	9
Масса полуфабриката						
из свинины, телятины	—	171	—	125*	—	80*
из баранины	—	179	—	125*	—	80*
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареного шницеля						
из свинины или из телятины	—	125	—	91	—	58
из баранины	—	125	—	88	—	56
Каперсы	16	8	—	—	—	—
Лимон	9	8	—	—	—	—
Гарнир №№ 757, 760–762, 765, 768, 785, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
Выход: свинина, телятина	—	299	—	246	—	212
баранина	—	299	—	243	—	210

Порционные куски, нарезанные из мякоти тазобедренной части, отбивают и рыхлят, придавая им овально-продолговатую форму, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят с обеих сторон. При отпуске шницель кладут на гарнир, поливают жиром, сверху кладут прогретые с жиром и цедрой каперсы и кусочек лимона без кожицы (I колонка). По I колонке блюдо можно отпускать без каперсов и лимона, а по II и III колонкам – без жира.

Гарниры – картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, овощи в молочном соусе (2-й вариант), тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

612. Ромштекс

Говядина (толстый, тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части)	194	143	149	110	95	70

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1/5 шт.	8	1/8 шт.	5	1/13 шт.	3
Сухари	22	22	15	15	9	9
Масса полуфабриката	—	171	—	125*	—	80*
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареного ромштекса	—	125	—	91	—	58
Гарнир №№ 744, 750, 757, 760–762, 765, 767, 768, 785, 793, 798, 804, 805	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
Выход	—	283	—	246	—	212

Порционные куски (по одному на порцию) отбивают, рыхлят, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят. При отпуске поливают жиром и гарнируют.

Гарниры – каши рассыпчатые, бобовые отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, овощи в молочном соусе (I и II варианты), тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

613. Мозги жареные

Мозги	173	138	130	104	85	68
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Уксус 3%-ный	5	5	4	4	3	3
Масса вареных мозгов	—	104	—	78	—	51
Мука пшеничная	5	5	4	4	3	3
Масса полуфабриката	—	109	—	82	—	54
Маргарин столовый	10	10	8	8	6	6
Масса жареных мозгов	—	100	—	75	—	50
Лимон	14	13	11	10	—	—
Гарнир №№ 744, 758, 759, 760, 761, 766, 792	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
Выход	—	271	—	240	—	204

Отварные мозги (рец. № 575) охлаждают, нарезают на порции ломтиками, посыпают солью, перцем, панируют в муке и обжаривают на жире до образования румяной корочки. При отпуске мозги гарнируют, поливают жиром, кладут дольку лимона.

Гарниры – каши рассыпчатые, картофель в молоке, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи, припущенные с жиром, сложный гарнир.

614. Почки жареные с помидорами или лимонным соком

Почки говяжьи	242	208	181	156	121	104
или почки бараньи, или свиные, или телячьи	202	182	151	136	101	91
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареных почек	—	100	—	75	—	50
Помидоры жареные № 784	—	80	—	65	—	—
или лимон	19	8[1]	17	7[1]	10	4[1]
Гарнир №№ 757, 759, 760, 761, 764, 765	—	150	—	150	—	150
Выход: с помидорами	—	330	—	290	—	—
с лимонным соком	—	258	—	232	—	204

[1] Масса лимонного сока.

Почки зачищают от пленок и излишнего жира. Для удаления специфического запаха говяжьи почки вымачивают в течение 2–3 ч в дважды сменяемой воде, заливают свежей водой и доводят до кипения. Воду сливают, почки промывают, вновь заливают свежей водой (3 л воды на 1 кг почек) и варят до готовности.

Вареные говяжьи или сырые бараньи, телячьи и свиные почки нарезают ломтиками, посыпают солью и перцем и жарят 3–6 мин. При отпуске на почки кладут половинки обжаренных помидоров или поливают их лимонным соком (можно отпускать без лимонного сока). Жареные почки хранить нельзя, так как вкус их быстро ухудшается.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), крокеты картофельные, овощи отварные с жиром.

615. Почки с грибами в соусе красном с вином

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Почки говяжьи	242	208	181	156	—	—
или бараньи, или свиные, или телячьи	202	182	151	136	—	—
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	—	—
Шампиньоны свежие	66	50	57	43	—	—
или грибы белые свежие	62	47	53	40	—	—
Масса жареных почек	—	100	—	75	—	—
Масса вареных грибов	—	35	—	30	—	—
Гарнир №№ 757, 760–762, 765	—	150	—	150	—	—
Соус № 826	—	100	—	75	—	—
Выход	—	385	—	330	—	—

Обжаренные почки (рец. № 614) заливают соусом красным с вином, добавляют вареные нарезанные ломтиками грибы белые или шампиньоны и доводят до кипения. Гарнир подают отдельно.

Гарниры – картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром.

616. Почки, жаренные целиком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Почки бараньи, или свиные, или телячьи	199	179	160	144	—	—
Яйца	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8	—	—
Сухари	20	20	15	15	—	—
Масса полуфабриката	—	208	—	167	—	—
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	—	—
Масса жареных почек	—	125	—	100	—	—
Лимон	6	5	6	5	—	—
Зеленое масло № 879	15	15	10	10	—	—
Гарнир №№ 757, 760–762, 765	—	100	—	100	—	—
Выход	—	245	—	215	—	—

Почки, зачищенные от излишнего жира и пленок, промывают. Затем их надрезают вдоль пополам.

Подготовленные почки посыпают солью и перцем, смачивают в льезоне, панируют в сухарях, скрепляют шпажкой, обжаривают на сковородке с жиром и доводят до готовности в жароч-

ном шкафу. При подаче удаляют шпажку, на почки кладут кусочек зеленого масла (можно без масла), дольку лимона и гарнируют.

Гарниры те же, что и в рец. № 615.

617. Почки жареные в соусе

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Почки говяжьи	242	208	181	156	121	104
или почки бараньи, или свиные, или телячьи	202	182	151	136	101	91
Маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
Масса готовых почек	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 757, 759, 760, 761, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 827, 848, 863	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

Почки жареные в соусе приготавливают так же, как и почки с грибами в соусе красном с вином (рец. № 615).

Гарниры - каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром.

Соусы - красный основной, луковый, томатный, сметанный.

618. Печень жареная с жиром или луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Печень говяжья	170	141	127	105	86	71
или печень баранья, или свиная, или телячья	160	141	119	105	81	71
Мука пшеничная	6	6	5	5	3	3
Масса полуфабриката	—	147	—	110	—	74
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареной печени	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 757, 759, 760, 761, 765	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5	4	4
или лук, жаренный во фритюре № 783	—	15	—	15	—	10
Выход: с жиром	—	260	—	230	—	204
с луком	—	265	—	240	—	210

Печень нарезают по 1–2 куска на порцию (свиную печень бланшируют), посыпают солью и перцем, панируют в муке и жарят с обеих сторон до готовности, но не пережаривая. Отпускают с гарниром и жиром или с гарниром и жареным луком, который кладут на готовую печень.

Гарниры - каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром.

619. Печень по-строгановски

Печень говяжья	177	147	133	110	89	74

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или печень баранья, или свиная, или телячья	167	147	125	110	84	74
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса готовой печени	—	100	—	75	—	50
Соус № 865	—	100	—	75	—	50
Томатное пюре	10	10	8	8	5	5
Соус Южный	5	5	4	4	3	3
Гарнир №№ 753, 757, 759, 760, 761, 765	—	150	—	150	—	150
Выход	—	365	—	312	—	258

Подготовленную печень (рец. № 618) нарезают брусочками длиной 3–4 см массой 5–7 г, посыпают солью и перцем, кладут ровным слоем на разогретую сковороду с жиром и обжаривают при помешивании 3–4 мин. Затем заливают соусом сметанным с луком, добавляют томатное пюре, соус Южный, размешивают и доводят до кипения. Отпускают вместе с соусом, гарнир укладывают сбоку. Можно готовить без соуса Южный, соответственно увеличив закладку томатного пюре.

Гарниры – макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром.

620. Вымя жареное

Вымя говяжье	193	193	156	156	116	116
Масса вареного вымени	—	106	—	86	—	64
Мука пшеничная	6	6	4	4	3	3
Яйца	1/7 шт.	6	1/10 шт.	4	1/13 шт.	3
Сухари	22	22	17	17	13	13
Масса полуфабриката	—	137	—	110	—	82
Жир животный топленый пищевой	10	10	8	8	6	6
Масса жареного вымени	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 744, 757, 759, 760, 761, 765, 773	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
Выход	—	283	—	255	—	229

Вымя варят с добавлением кореньев, согласно рец. № 576, охлаждают, нарезают на порционные куски, панируют в муке, смачивают в льезоне, вновь панируют в сухарях и жарят на жире. При отпуске вымя гарнируют и поливают жиром.

Гарниры – каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

621. Мозги, сердце, жаренные во фритюре

Мозги	137	82[1]	107	64[1]	68	41[1]
или сердце	161	82[1]	125	64[1]	80	41[1]
Морковь	3	2	3	2	3	2
Лук репчатый	4	3	4	3	4	3

[1] Масса вареных мозгов или сердца.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Петрушка (корень)	3	2	3	2	3	2
Уксус 3%-ный[2]	5	5	5	5	5	5
Мука пшеничная	6	6	4	4	3	3
Яйца	1/7 шт.	6	1/10 шт.	4	1/13 шт.	3
Сухари	20	20	15	15	12	12
Масса полуфабриката	—	109	—	82	—	54
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареных мозгов, сердца	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 750, 757–759, 760, 761, 765, 766	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
или соус № 824, 848	—	100	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	258	—	230	—	204
с соусом	—	350	—	300	—	250

[2] Для варки мозгов.

Сердце варят до готовности так же, как мясо. Отварные мозги (рец. № 575) или сердце, нарезанные по одному куску на порцию, панируют в муке, смачивают в льезоне, вновь панируют в сухарях и жарят во фритюре. При отпуске мозги или сердце гарнируют, поливают жиром или подают отдельно соус.

Гарниры – каши рассыпчатые, бобовые отварные, картофель отварной, картофель в молоке, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром.

Соусы – красный основной, томатный.

622. Грудинка баранья или телячья, жаренная во фритюре

Баранина (грудинка)	193	138	143	102	97	69
или телятина (грудинка)	209	138	155	102	105	69
Масса вареной грудинки без костей	—	88	—	65	—	44
Мука пшеничная	6	6	4	4	3	3
Яйца	1/7 шт.	6	1/10 шт.	4	1/13 шт.	3
Сухари	15	15	13	13	8	8
Масса полуфабриката	—	111	—	83	—	56
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареной грудинки	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 748, 757, 759, 760–762, 765, 766	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 848	—	100	—	75	—	50
или масло сливочное, или маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
Выход: с жиром	—	258	—	230	—	204
с соусом	—	350	—	300	—	250

Грудинку отваривают (с. 268), удаляют ребра, кладут под пресс и ставят в холодильный шкаф на 1,5–2 ч, чтобы мясо приобрело более плотную консистенцию. Затем нарезают по 1–2 куска на порцию, посыпают солью, перцем, панируют в муке, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят во фритюре. При отпуске гарнируют, поливают жиром или отдельно подают соус.

Гарниры – каши рассыпчатые, рис припущенный, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, овощи, припущенные с жиром.

Соусы – красный основной, томатный.

623. Бастурма (шашлык из маринованной говядины) (грузинское национальное блюдо)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (вырезка, толстый и тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части)	323	238	216	159	—	—
Лук репчатый для маринования	30	25	24	20	—	—
Уксус 3%-ный	30	30	20	20	—	—
Масса жареного мяса	—	150	—	100	—	—
Лук репчатый	48	40	36	30	—	—
Петрушка (зелень)	9	7	5	4	—	—
Лимон	9	8	7	6	—	—
Острая ткемалевая подлива	50	50	40	40	—	—
Выход	—	255	—	180	—	—

Говядину нарезают кусочками массой 20–30 г, добавляют нашинкованный лук, соль, черный перец, уксус, лавровый лист и ставят на холод на 4 ч. Затем мясо нанизывают на вертел и жарят над углями или в гриле.

При отпуске бастурму оформляют нашинкованным луком, зеленью петрушки и лимоном. Острую ткемалевую подливу подают отдельно.

624. Кабоб «Лаззат» (отбивная) (таджикское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (корейка, тазобедренная часть)	224	160
или говядина (толстый и тонкий края)	205	151
Уксус 3%-ный	5	5
Лук репчатый	18	15
Яйца	1 шт.	40
Мука пшеничная 1-го сорта	20	20
Масса полуфабриката		
из баранины	—	214
из говядины	—	205
Жир животный топленый пищевой	30	30
Масса готового изделия	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10
Петрушка, укроп (зелень)	9	7
Гарнир №№ 760, 761	—	150
Выход	—	317

Мясо нарезают по одному куску на порцию, отбивают, маринуют в течение 6–8 ч с добавлением мелко нашинкованного репчатого лука, уксуса, специй. Перед жареньем порционный кусок смачивают в яйце, панируют в муке (эту операцию повторяют дважды) и жарят с небольшим количеством жира.

Отпускают с жареным картофелем и зеленью, кабоб поливают жиром.

Гарниры – картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого).

625. Кабурга по-таджикски (рулет мясной)

	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (грудинка)	203	145
Жир-сырец курдючный	15	15
Чеснок	8	6
Лук репчатый	23	19
Масса полуфабриката	—	185
Масло растительное	5	5
Томатное пюре	12	12
Морковь	13	10
Масса готового рулета	—	110
Гарнир №№ 748, 750, 752, 760, 761	—	150
Выход	—	260

Мякоть грудинки слегка отбивают. На поверхность мякоти кладут жир-сырец, рубленый чеснок, измельченный репчатый лук, посыпают солью, перцем и свертывают в виде рулета. Полуфабрикат обжаривают 15–20 мин с небольшим количеством жира и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 60 мин (с добавлением нарезанной моркови, томатного пюре и воды – 20 г на порцию).

Готовый рулет нарезают по 2–3 куска на порцию и гарнируют.

Гарниры – рис припущенный, бобовые отварные, горох или фасоль отварные с томатом и луком, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого).

Кабургу можно отпускать как холодное блюдо с огурцами маринованными, квашеной капустой и яблоками маринованными.

626. Курземес строгановс (латвийское национальное блюдо)

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свинина	173	147	87	74
Лук репчатый	30	25	18	15
Шпик	26	25	14	13
Огурцы соленые	33	30	22	20
или маринованные	55	30	36	20
Мука	5	5	3	3
Бульон	25	25	30	30
Сметана	30	30	15	15
Масса жареной свинины	—	100	—	50
Масса соуса	—	100	—	75
Гарнир № 757	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	3	3
Выход	—	355	—	278

Свинину слегка отбивают, нарезают брусочками длиной 3–4 см, жарят на сковороде со шпиком, нарезанным кубиками и репчатым луком, нарезанным полукольцами. В конце жаренья добавляют мелко нарезанные соленые огурцы, муку, бульон, сметану, соль, перец, перемешивают и доводят до кипения. Подают с отварным картофелем.

ТУШЕНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

В тушеном виде приготавливают говядину (верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части, мякоть лопаточной части, покромку от туш I категории и подлопаточную часть), баранину, козлятину и свинину (лопаточную часть и грудинку каждого вида), а также мякоть шейной части свинины и некоторые субпродукты. Мясо тушат крупными (массой до 2 кг), порционными и мелкими кусками. Для некоторых блюд перед обжариванием куски мяса шпигуют кореньями, чесноком и шпиком. Подготовленное мясо посыпают солью, перцем и обжаривают на плите или в жарочном шкафу до образования корочки. Овощи, входящие в состав соуса, обжаривают отдельно или вместе с мясом, добавляя их после того, как мясо слегка обжарится.

Обжаренное мясо и овощи заливают бульоном или водой так, чтобы порционные и мелкие куски были покрыты полностью, а крупные – наполовину (60–150 г жидкости на порцию). Для улучшения вкуса и аромата мяса во время тушения добавляют пряности (чаще всего кладут перец горошком и лавровый лист, иногда – гвоздику, кориандр, бадьян, майоран, тмин и др.), а также ароматические коренья (пастернак, петрушка, сельдерей) и репчатый лук. Пряности, зелень петрушки и сельдерея, связанную в пучок (букет), добавляют за 15–20 мин до окончания тушения.

Иногда в процессе тушения мяса кладут пассерованное томатное пюре.

Тушат мясо при слабом кипении под крышкой. Бурное кипение вызывает потерю аромата и сильное выкипание. Крупные куски мяса в процессе тушения несколько раз переворачивают.

Бульон, полученный при тушении мяса, используют для приготовления соуса. Его процеживают, соединяют с пассерованной без жира мукой, кипятят 25–30 мин, протирают в него разварившиеся при тушении овощи и доводят до кипения. Если для тушения мяса используют готовый соус, в него добавляют жидкость в размере 15–20% с учетом выкипания.

Гарниры тушат вместе с мясом или приготавливают отдельно.

Для этого нарезанный картофель и другие овощи предварительно обжаривают. Если гарнир тушат вместе с мясом, блюдо получается более ароматным и сочным. Хорошим вкусом и ароматом отличаются мясные тушеные блюда, приготовленные в порционных керамических горшочках с плотно закрывающейся крышкой, в которых и производится их подача. При массовом производстве тушеных блюд допускается раздельное приготовление гарнира и мяса.

Тушеное мясо отпускают с гарниром и соусом, в котором производилось тушение. Если гарнир приготовлен отдельно, его укладывают рядом, а мясо поливают соусом. При отпуске блюдо посыпают зеленью петрушки или укропа.

627. Мясо тушеное

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (верхний, внутренний, наружный, боковой куски тазобедренной части)	227	167	170	125	113	83
или баранина, козлятина (лопаточная часть, грудинка)	222	159	166	119	110	79
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110	87	74
Морковь	15	12	10	8	5	4
Лук репчатый	10	8	7	6	5	4
Петрушка (корень)	9	7	8	6	—	—
или сельдерей (корень)	10	7	9	6	—	—
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса соуса	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 753, 757, 759, 760, 761, 765, 766, 769, 770, 773, 776, 785	—	150	—	150	—	150
Выход	—	375	—	325	—	275

Обжаренные крупные куски мяса тушат с добавлением бульона или воды, обжаренных овощей и томатного пюре до готовности. На бульоне, полученном после тушения, пригота-

вливают соус. Готовое мясо нарезают по 1–2 куска на порцию, заливают соусом и доводят до кипения. Отпускают с соусом и гарниром.

Гарниры – макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, пюре из моркови или свеклы (1-й и 2-й варианты), капуста тушеная, свекла тушеная, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

628. Мясо шпигованное

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125	113	83
или баранина, козлятина (лопаточная часть)	222	159	166	119	110	79
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110	87	74
Морковь	38	30	28	22	19	15
Петрушка (корень)	29	22	20	15	—	—
Лук репчатый	19	16	14	12	14	12
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Чеснок	1,9	1,5	1,5	1,2	1,0	0,8
Масса готового шпигованного мяса	—	140	—	100	—	60
в том числе масса мяса без овощей	—	100	—	75	—	50
Масса соуса	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 753, 757, 759, 760, 761, 765, 766, 769, 770, 773, 776, 785	—	150	—	150	—	150
Выход	—	415	—	350	—	285

Крупные куски мяса шпигуют морковью и петрушкой, нарезанными брусочками. Говядину можно шпиговать морковью и шпиком (на порцию тушеного мяса – 10–15 г шпика). Далее шпигованное мясо приготавливают и отпускают так же, как мясо тушеное с гарниром (рец. № 627).

629. Мясо духовое

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125*	109	80*
или баранина, козлятина (лопаточная часть)	222	159	175	125*	112	80*
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	147	125*	94	80*
Жир животный топленый пищевой	15	15	12	12	10	10
Картофель	133	100	193	145	213	160
Репа[1]	33	25	20	15	—	—
Морковь	44	35	25	20	44	35
Петрушка (корень)	20	15	13	10	—	—
Лук репчатый	42	35	30	25	24	20
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Мука пшеничная	3	3	3	3	3	3

[1] Репу можно заменить брюквой или любыми сезонными овощами (перцем сладким, тыквой, кабачками).

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса тушеного мяса						
говядина	—	100	—	75	—	48
баранина	—	100	—	79	—	50
свинина	—	100	—	85	—	54
Масса соуса и овощей	—	250	—	250	—	250
Выход: говядина	—	350	—	325	—	298
баранина	—	350	—	329	—	300
свинина	—	350	—	335	—	304

Обжаренные порционные куски говядины (1–2 куска на порцию) тушат с бульоном и пассерованным томатным пюре почти до полной готовности. Картофель, овощи, нарезанные дольками, обжаривают по отдельности (репу предварительно бланшируют). На бульоне, полученном после тушения мяса, приготовляют соус, заливают им мясо, кладут морковь, петрушку, репу и репчатый лук обжаренные, а также пряности и ароматическую зелень. После 10 мин тушения добавляют обжаренный картофель, тушат до готовности овощей, а затем пряности и зелень удаляют. При отпуске на тушеные овощи кладут мясо и поливают соусом.

630. Зразы отбивные

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125*	109	80*
или свинина (лопаточная и шейная части)	196	167	147	125*	94	80*
Для фарша:						
Лук репчатый	71	60	60	50	48	40
Жир животный топленый пищевой	9	9	8	8	6	6
Масса лука пассерованного	—	30	—	25	—	20
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	1/4 шт.	10
или грибы белые свежие	36	27	17	13	17	13
или грибы белые сушеные	10	10	5	5	5	5
Масса вареных грибов	—	20	—	10	—	10
Сухари	6	6	5	5	5	5
Петрушка (зелень)	3	2	3	2	3	2
Масса фарша	—	58	—	42	—	37
Масса полуфабриката	—	225	—	167	—	117
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса тушеных зраз	—	135	—	100	—	70
Томатное пюре	15	15	12	12	10	10
Мука пшеничная	5	5	4	4	3	3
Лук репчатый	10	8	7	6	5	4
Морковь	10	8	8	6	5	4
Петрушка (корень)	9	7	8	6	—	—
Масса соуса	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 747, 759	—	150	—	150	—	150
Выход	—	385	—	325	—	270

На тонко отбитые порционные куски мяса кладут фарш и свертывают в виде маленьких колбасок.

Подготовленные полуфабрикаты посыпают солью и перцем, обжаривают и тушат в воде или бульоне около часа с добавлением пассерованных овощей и томатного пюре.

На оставшемся после тушения бульоне приготавливают соус, заливают им зразы, добавляют душистый и черный перец горошком и тушат еще 30–35 мин. За 5–10 мин до готовности кладут лавровый лист. Отпускают с соусом и гарниром.

Для фарша пассерованный репчатый лук соединяют с сухарями, рублеными крутыми яйцами или вареными грибами, измельченной зеленью петрушки или укропа, добавляют соль и перец.

Гарниры – каши рассыпчатые, рис отварной, пюре картофельное.

631. Жаркое по-домашнему

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	216	159	162	119	107	79
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110	87	74
Картофель	253	190	253	190	267	200
Лук репчатый	30	25	30	25	24	20
Жир животный топленый пищевой	12	12	12	12	10	10
Томатное пюре	15	15	15	15	12	12
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса готовых овощей	—	250	—	250	—	250
Выход	—	350	—	325	—	300

Мясо нарезают по 2–4 куска на порцию массой по 30–40 г, картофель и лук – дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности.

Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль, перец и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5–10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром в горшочках. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

632. Гуляш

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка)	216	159	162	119	107	79
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110	87	74
или баранина, козлятина (лопаточная часть)	200	143	150	107	99	71
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Лук репчатый	30	25	24	20	18	15
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса соуса	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 744, 747, 753, 759, 761, 765, 766, 773, 776	—	150	—	150	—	150
Выход	—	375	—	325	—	275

Нарезанное кубиками по 20–30 г и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа.

На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, перец, заливают им мясо и тушат еще 25–30 мин. За 5–10 мин до готовности кладут лавровый лист. В гуляш из говядины можно добавить чеснок (0,8 г нетто на порцию). Гуляш можно готовить со сметаной (15–20 г на порцию).

Гарниры – каши рассыпчатые, рис отварной, макаронные изделия отварные, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, капуста тушеная, свекла тушеная.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

633. Печень, тушенная в соусе

Печень говяжья	170	141	127	105	86	71
или баранья, или свиная, или телячья	160	141	119	105	81	71
Мука пшеничная	6	6	5	5	3	3
Масса полуфабриката	—	147	—	110	—	74
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса тушёной печени	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 757, 759, 760, 761, 765	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 863, 865, 866	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

Печень нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон до полуготовности (5–10 мин). Затем печень заливают соусом и тушат в течение 15–20 мин. Подают с гарниром и соусом.

Гарниры – каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром.

Соусы – сметанный, сметанный с луком, сметанный с томатом и луком.

634. Сердце, легкие и другие субпродукты в соусе

Сердце	196	167	147	125	98	83
или легкие	167	154	125	115	84	77
или почки говяжьи	242	208	181	156	121	104
или почки бараньи, или свиные	202	182	151	136	101	91
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса готовых субпродуктов	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 753, 757, 759, 760, 761, 765, 766, 773, 776	—	150	—	150	—	150
Соус № 824	—	125	—	100	—	75
Чеснок	1,0	0,8	1,0	0,8	1,0	0,8
Выход	—	375	—	325	—	275

Легкие и сердце, а также предварительно вымоченные говяжьи почки отваривают по отдельности с добавлением овощей до готовности. Готовые субпродукты нарезают на кусочки массой по 20–30 г и обжаривают. Почки бараньи и свиные нарезают ломтиками сырыми, после чего обжаривают. Подготовленные продукты заливают красным соусом и тушат 15–20 мин. Перед окончанием тушения добавляют чеснок. Отпускают с соусом и гарниром.

Гарниры – каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром; овощи, припущенные с жиром, капуста тушеная, свекла тушеная.

635. Свинина, окорок, колбаса и другие мясопродукты, тушенные с капустой

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (лопаточная, шейная части, грудинка)	173	147	129	110	87	74
или окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	146	111	109	83	74	56
или грудинка копченая (без шкуры и костей)	135	135	101	101	67	67
или корейка копченая (без шкуры и костей)	132	132	99	99	66	66
или колбаса вареная	114	111	86	83	58	56
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса обжаренных или отварных продуктов	—	100	—	75	—	50
Капуста тушеная № 773	—	200	—	200	—	200
Выход	—	300	—	275	—	250

За 15–20 мин до готовности капусты добавляют нарезанную мелкими кубиками обжаренную свинину или другие мясные продукты, указанные в рецептуре, и доводят до готовности.

636. Рагу из баранины или свинины

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (грудинка и шейная часть)[1]	—	—	144	129	96	86
или свинина (грудинка)[2]	—	—	110	104	74	70
или рагу по-домашнему (полуфабрикат)[2]	—	—	—	104	—	70
Жир животный топленый пищевой	—	—	12	12	10	10
Картофель	—	—	193	145	213	160
Морковь	—	—	25	20	44	35
Репа[3]	—	—	27	20	—	—
Петрушка (корень)	—	—	13	10	—	—
Лук репчатый	—	—	30	25	24	20
Томатное пюре	—	—	15	15	12	12
Мука пшеничная	—	—	3	3	3	3
Масса тушеной баранины	—	—	—	90	—	60
Масса тушеной свинины или тушеного рагу из полуфабриката	—	—	—	74	—	50
Масса овощей и соуса	—	—	—	250	—	250
Выход: из баранины	—	—	—	340	—	310
или свинины или полуфабриката	—	—	—	324	—	300

[1] Масса полуфабриката–рагу из баранины дана с учетом содержания костей 20%, масса готового продукта дана с учетом содержания мякоти 64 г и 43 г (соответственно по II и III колонкам).

[2] Масса полуфабриката–рагу из свинины дана с учетом содержания костей 10% и жира не более 15%.

[3] Репу можно заменить морковью или брюквой.

Для приготовления рагу берут распиленные мясо-костные кусочки баранины массой 20–30 г или мясо-костные кусочки свинины массой 30–40 г. Допускаются кусочки котлетного мяса массой 20–30 г.

Обжаренное мясо заливают горячим бульоном или водой, добавляют томатное пюре и тушат 30–40 мин. На бульоне, оставшемся после тушения, приготавливают соус, которым заливают мясо, кладут морковь, репу, петрушку, лук, нарезанные дольками и обжаренные (репу предварительно бланшируют). Тушат еще 10 мин, после чего закладывают обжаренный картофель и доводят до готовности. Помимо указанных овощей, в конце тушения в рагу можно добавить жареные кабачки и баклажаны, бланшированный сладкий перец, сырые помидоры, отварную стручковую фасоль, соответственно уменьшив норму картофеля, моркови, репы. Отпускают по 2–3 кусочка мяса на порцию вместе с соусом и гарниром.

637. Азу

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	216	159	162	119	107	79
Жир животный топленый пищевой	15	15	12	12	10	10
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Лук репчатый	42	35	30	25	24	20
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Помидоры свежие	47	40	—	—	—	—
Огурцы соленые	50	30	50	30	33	20
Картофель	133	100	193	145	213	160
Чеснок	1,0	0,8	1,0	0,8	1,0	0,8
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса соуса и овощей	—	250	—	250	—	250
Выход	—	350	—	325	—	300

Мясо, нарезанное брусочками по 10–15 г, обжаривают, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, перец, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют жареный картофель и тушат еще 15–20 мин. За 5–10 мин до готовности кладут свежие помидоры (I колонка), лавровый лист. Готовое блюдо заправляют растертым чесноком. Блюдо можно готовить и по I кол. без помидоров, увеличив закладку картофеля на 45 г нетто. Для удобства порционирования картофель и помидоры можно тушить отдельно.

Отпускают азу вместе с соусом и гарниром.

638. Говядина, тушенная с черносливом

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Лук репчатый	30	25	24	20	18	15
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Чернослив	50	50	30	30	20	20
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	48
Масса соуса с луком и черносливом	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 753, 757, 759, 760, 761, 765, 766, 785	—	150	—	150	—	150
Выход	—	375	—	325	—	273

Мясо, нарезанное по 1–2 куска на порцию, посыпают солью и перцем, обжаривают, добавляют нарезанный пассерованный лук, томатное пюре, заливают бульоном или водой и тушат при слабом кипении около 1 ч. Затем кладут промытый чернослив и тушат еще 20 мин. За 5 мин до окончания тушения кладут соль, перец горошком и лавровый лист. При отпуске мясо гарнируют и поливают соусом, в котором тушилось мясо.

Гарниры – макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром; овощи, припущенные с жиром, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

639. Говядина в кисло-сладком соусе

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Лук репчатый	30	25	24	20	18	15
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Сахар	10	10	8	8	5	5
Уксус 9%-ный	5	5	3	3	2	2
Сухари ржаные	10	10	10	10	10	10
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	48
Масса соуса	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 744, 753, 757, 759, 760, 761, 765, 766, 785	—	150	—	150	—	150
Выход	—	375	—	325	—	273

Нарезанное порционными кусками мясо обжаривают, добавляют перец черный горошком, мелко нарезанный пассерованный лук, томатное пюре, заливают горячим бульоном или водой и тушат при слабом кипении около 1 ч. Затем добавляют измельченные сухари, уксус, сахар и продолжают тушение до готовности мяса, в конце тушения кладут лавровый лист. При отпуске мясо и гарнир поливают соусом, в котором тушилось мясо.

Гарниры – каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

640. Говядина в красном кисло-сладком соусе

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125	109	80
Жир животный топленый пищевой	5	5	4	4	3	3
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	48
Гарнир №№ 744, 753, 757, 759, 760, 761, 765, 766, 785	—	150	—	150	—	150
Соус № 841	—	100	—	75	—	75
Выход	—	350	—	300	—	273

Мясо, тушенное крупным куском, нарезают на порции по 1–2 куска, гарнируют и поливают соусом красным кисло-сладким, для приготовления которого используют бульон, полученный при тушении мяса.

Гарниры – те же, что в рец. № 639.

641. Грудинка в соусе

Баранина, козлятина (грудинка)	222	159	166	119	110	79
или свинина (грудинка)	173	147	129	110	87	74
или телятина (грудинка)	241	159	180	119	120	79
Жир животный топленый пищевой	5	5	4	4	3	3
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 750, 752, 753, 757, 759, 765, 766, 785	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 826, 830	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

Жареную грудинку рубят на порции, заливают соусом и тушат 15–20 мин. При отпуске мясо и гарнир поливают соусом, в котором тушилось мясо.

Гарниры – каши рассыпчатые, бобовые отварные, горох или фасоль отварные с томатом и луком, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

Соусы – красный основной, красный с вином, красный с луком и грибами.

642. Плов

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Баранина, козлятина (лопаточная часть, грудинка)	200	143	150	107	99	71
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	216	159	162	119	107	79
Свинина (лопаточная часть, грудинка)	173	147	129	110	87	74
Крупа рисовая	65	65	67	67	68	68
Маргарин	20	20	15	15	10	10
Лук репчатый	24	20	18	15	12	10
Морковь	19	15	19	15	19	15
Томатное пюре	15	15	15	15	15	15
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса гарнира	—	200	—	200	—	200
Выход	—	300	—	275	—	250

Нарезанное кусочками по 20–30 г мясо посыпают солью и перцем, обжаривают, добавляют пассерованные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают бульоном или водой (140, 150 и 160 г по I, II и III колонкам соответственно), доводят до кипения и всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25–40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре.

643. Почки по-русски

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Почки говяжьи	242	208	181	156	121	104
или почки телячьи, или бараньи, или свиные	202	182	151	136	101	91
Картофель	145	109	145	109	193	145
Морковь	31	25	31	25	31	25
Лук репчатый	30	25	30	25	30	25
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Маргарин столовый	17	17	13	13	8	8
Огурцы соленые	58	35	58	35	58	35
Чеснок	1,0	0,8	1,0	0,8	1,0	0,8
Масса готовых почек		100	—	75	—	50
Масса соуса № 824 и овощей	—	225	—	225	—	250
Выход	—	325	—	300	—	300

Вареные говяжьи почки или сырые бараньи, телячьи и свиные почки (рец. № 614) нарезают ломтиками и обжаривают, заливают соусом красным основным, добавляют морковь, петрушку и репчатый лук, нарезанные дольками и обжаренные, и через 5–10 мин – обжаренный картофель. В конце тушения кладут очищенные от кожицы и семян припущенные соленые огурцы, нарезанные ломтиками, душистый перец горошком, лавровый лист, доводят до кипения и заправляют растертым чесноком. Отпускают вместе с овощами и соусом.

Картофель можно обжаривать и тушить отдельно.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

644. Мясо деликатесное (украинское национальное блюдо)

Говядина (грудинка, покромка)	185	136	136	100	—	—
Шпик	26	25	21	20	—	—
Чеснок	1,3	1	1	0,8	—	—
Лук репчатый	14	12/6[1]	12	10/5[1]	—	—
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3	—	—
Масса полуфабриката	—	167	—	125	—	—
Жир животный топленый пищевой	7	7	6	6	—	—
Масса готового рулета	—	100	—	75	—	—
Гарнир №№ 744, 759, 761, 762, 792	—	150	—	150	—	—
Выход	—	250	—	225	—	—

[1] В графе нетто в числителе указана масса нетто, в знаменателе масса пассерованного лука.

Крупные куски мякоти грудинки и покромки отбивают, посыпают солью и перцем, равномерно покрывают мелко нарезанным шпиком, пассерованным луком и измельченным чесноком. Изделие формуют в виде рулета, обжаривают, заливают бульоном и тушат до готовности 2–2,5 ч. При отпуске нарезают ломтиками (два на порцию), гарнируют и поливают мясным соком (50 г).

Гарниры – каши рассыпчатые, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, сложный гарнир.

645. Сэрмэлуце молдовенешть (голубцы по-молдавски)

Виноградные листья	64	60	53	50	—	—
или капуста свежая белокочанная	200	160	100	80	—	—
Свинина (лопаточная часть)	87	74	43	37	—	—
Крупа рисовая	15	15	8	8	—	—
Морковь	25	20	13	10	—	—
Петрушка (корень)	27	20	13	10	—	—
Лук репчатый	25	21	12	10	—	—
Томатное пюре	10	10	8	8	—	—
или помидоры	31	26	28	24	—	—
Маргарин столовый	20	20	15	15	—	—
Петрушка (зелень), укроп	9	7	9	7	—	—
Масса полуфабриката с капустой	—	320	—	150	—	—
Масса полуфабриката с виноградными листьями	—	220	—	120	—	—
Бульон куриный	50	50	50	50	—	—
Квас	50	50	50	50	—	—
Масса бульона и кваса	—	60	—	60	—	—
Масса тушеных голубцов с капустой	—	270	—	125	—	—
Масса тушеных голубцов с виноградными листьями	—	170	—	95	—	—
Сметана	20	20	15	15	—	—
Выход: с капустой и сметаной	—	350	—	200	—	—
с виноградными листьями и сметаной	—	250	—	170	—	—

Свинину, нарезанную мелкими кубиками, соединяют с предварительно перебранным и промытым рисом, пассерованными кореньями и томатным пюре или помидорами, мелко нарезанной зеленью, солью, перцем.

Готовый фарш кладут в ошпаренные виноградные или проваренные капустные листья, придавая изделиям конусную форму. Голубцы укладывают в сотейник, заливают куриным бульоном, квасом, накрывают крышкой и тушат 1–1,5 ч. Подают по 8–10 шт. на порцию вместе с жидкостью, в которой они тушились, и поливают сметаной.

646. Чанахи (грузинское национальное блюдо)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (грудинка)	333	238+12[1]	222	159+12[1]	—	—
Масса тушеного мяса	—	150+12[1]	—	100+12[1]	—	—
Картофель	137	103	96	72	—	—
Баклажаны	105	100	79	75	—	—
Жир-сырец (курдючный)	20	20	15	15	—	—
Перец стручковый зеленый	1,1	1	0,7	0,65	—	—
Петрушка (зелень), укроп	16	12	11	8	—	—
Томатное пюре	15	15	10	10	—	—
Лук репчатый	18	15	14	12	—	—
Помидоры свежие	59	50	47	40	—	—
Чеснок	4,4	3,4	3	2,3	—	—
Масса тушеных овощей	—	300	—	200	—	—
Выход	—	462	—	312	—	—

[1] Масса реберной косточки.

В порционный глиняный горшок кладут нарезанный кубиками картофель, сверху укладывают 2–3 куска баранины (грудинка с косточкой), баклажаны, фаршированные мелко нарезанным курдючным жиром, частью зелени, перцем, заливают бульоном или водой (150 и 100 г на порцию по I и II колонкам соответственно), добавляют томатное пюре, рубленый лук, чеснок, соль, остальную зелень и ставят в жарочный шкаф, периодически поливая бульоном. За 10 мин до готовности сверху кладут свежие помидоры. Подают в той же посуде.

647. Плов парча дошамя (плов с бараниной и фруктами) (азербайджанское национальное блюдо)

Баранина (грудинка)	222	159	166	119	—	—
Жир животный топленый пищевой	20	20	15	15	—	—
Лук репчатый	20	17	17	14	—	—
Кишмиш	30	30	30	30	—	—
Абрикосы сушеные	25	25	20	20	—	—
Каштаны	47	35	40	30	—	—
Тмин	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Корица	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Перец	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Соль	4	4	4	4	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса тушеной баранины	—	100/200[1]	—	75/165[1]	—	—
Крупа рисовая	100	100	100	100	-	—
Жир животный топленый пищевой или маргарин столовый	30	30	25	25	—	—
Масса вареного риса с жиром	—	310	—	305	—	—
Выход	—	510	—	470	—	—

[1] В числителе масса гушеной баранины, в знаменателе - масса тушеной баранины с луком, фруктами, каштанами и специями.

Баранину нарезают по одному куску на порцию, солят, перчат и обжаривают, затем тушат в небольшом количестве бульона с добавлением пассерованного репчатого лука, тмина, фруктов, очищенных вареных каштанов и специй до полной готовности.

Из рисовой крупы приготавливают рассыпчатую кашу и заправляют ее жиром.

При отпуске на рис, уложенный горкой, кладут готовую баранину, припущенные фрукты, вареные каштаны и посыпают корицей.

648. Лагман (узбекское национальное блюдо)

Говядина (лопаточная часть, грудинка)	162	119	107	79	—	—
или баранина (лопаточная часть, грудинка)	150	107	99	71	—	—
Масса готового мяса	—	75	—	50	—	—
Мука пшеничная	150	150	150	150	—	—
Вода для замеса теста	60	60	60	60	—	—
Масса теста	—	205	—	205	—	—
Масса готовой лапши	—	270	—	270	—	—
Масло растительное для смазки лапши	3	3	3	3	—	—
Масло растительное	25	25	25	25	—	—
Картофель	51	38	51	38	—	—
Лук репчатый	18	15	18	15	—	—
Чеснок	5	4	5	4	-	—
Перец сладкий[1]	33	25	33	25	—	—
Морковь	38	30	38	30	—	—
Редька	21	15	21	15	—	—
Томатное пюре	20	20	20	20	—	—
или помидоры свежие	71	60	71	60	—	—
Вода	150	150	150	150	—	-
Укроп, петрушка (зелень)	7	5	7	5	—	—
Выход	—	600	—	580	—	—

[1] Перец сладкий можно заменить гаким же количеством лука репчатого.

Замешивают крутое пресное тесто и оставляют на 1,5–2 ч. Подготовленное тесто нарезают небольшими кусками и пропускают его через лагманную машину. Полученный лагман (длинную лапшу) отваривают в кипящей подсоленной воде, откидывают, промывают и смазывают растительным маслом.

Затем готовят мясо с овощами. Репчатый лук и перец сладкий нарезают полукольцами, свежие помидоры – дольками, морковь, редьку, картофель – мелкими кубиками.

Мясо, нарезанное мелкими кусочками, обжаривают на жире с репчатым луком, добавляют свежие помидоры или томатное пюре. Через 5–10 мин кладут морковь, редьку, сладкий перец, измельченный чеснок и продолжают обжаривание еще 8–10 мин. Затем добавляют воду и кладут картофель, специи и тушат до готовности.

Перед отпуском готовую лапшу разогревают в кипящей воде, укладывают в глубокую тарелку, сверху – мясо с овощами, посыпают зеленью.

649. Плов по-узбекски

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (грудинка, лопаточная часть)	166	119	110	79	—	—
или говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	170	125	113	83	—	—
Масса готового мяса	—	75	—	50	—	—
Крупа рисовая	160	160	100	100	—	—
Морковь	163	130	100	80	—	—
Лук репчатый	60	50	30	25	—	—
Масло растительное	60	60	30	30	—	—
Выход	—	530	—	350	—	—

Перебранный и промытый рис замачивают на 1,5–2 ч в подсоленной воде.

Мясо, нарезанное на куски массой 1 – 1,5 кг, обжаривают на растительном масле, нагретом до температуры 160–170°С, до образования поджаристой корочки, затем кладут нарезанный полукольцами обжаренный репчатый лук, нарезанную соломкой морковь, добавляют соль, воду (соотношение воды и риса 1 : 1), специи и тушат 15–20 мин. Ровным слоем по всей поверхности котла закладывают рис и варят до полного поглощения жидкости, затем рис перемешивают, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 30–40 мин.

При отпуске на рис и овощи кладут мясо, нарезанное мелкими кусочками.

К плову можно подать редьку, нарезанную соломкой.

650. Жаркоп по-киргизски

	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (тазобедренная часть, корейка)	200	143
или говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	216	159
Лук репчатый	30	25
Редька	50	35
Томатное пюре	25	25
Масло растительное	30	30
Джусай или зеленый лук	5	4
Уксус 3%-ный	10	10
Перец черный	1,5	1,5
Перец красный	1,5	1,5
Чеснок	5	4
Бульон или вода	150	150
Масса готового мяса	—	100
Масса тушеных овощей с соусом	—	145

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	103	103
в том числе мука на подпыл	3	3
Яйца	1/4 шт.	10
Вода	22	22
Масса теста	—	132
Масса готового изделия	—	215
Яйца	1 шт.	40
Маргарин столовый	3	3
Выход	—	500

Мясо нарезают ломтиками и обжаривают на растительном масле. Предварительно бланшированную редьку нарезают квадратиками, лук – полукольцами, пассеруют на растительном масле с добавлением томатного пюре и уксуса, соединяют с мясом, добавляют бульон или воду и тушат до готовности. За 5–10 мин до окончания тушения кладут специи, зелень, толченый чеснок.

Тесто готовят, как на лапшу, тонко раскатывают и нарезают ромбиками 3,5 × 3,5 см, отваривают в подсоленной воде.

Яйца взбивают до однородной массы и жарят, как омлет.

При отпуске на отварные ромбики из теста кладут мясо с овощами в соусе и нарезанный соломкой омлет. Подают в кесе.

651. Мульги-капсад (эстонское национальное блюдо)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (лопаточная часть, грудинка)	129	110	87	74	—	—
Масса тушеной свинины	—	75	—	50	—	—
Капуста квашеная	143	100	143	100	—	—
Крупа перловая	15	15	15	15	—	—
Сахар	2	2	2	2	—	—
Масса тушеной капусты с перловой крупой	—	130	—	130	—	—
Гарнир № 757	—	150	—	100	—	—
Выход	—	355	—	280	—	—

Свинину нарезают крупными кусками (1–1,5 кг) и слегка натирают солью. В котел кладут слой подготовленной квашеной капусты, сахар, свинину, сверху посыпают подготовленной перловой крупой, затем заливают горячей водой и тушат до готовности.

Готовую свинину нарезают порционными кусками (1–2 на порцию), прогревают и подают с капустой и отварным картофелем.

652. Костицэ де порк по молдовенеште (корейка по-молдавски)

	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (корейка)	216	184 + 20[1]
Горчица	2	2
Лук репчатый	60	50
Маргарин столовый	20	20

	БРУТТО	НЕТТО
Масса пассерованного лука	—	25
Масса полуфабриката	—	209 + 20[1]
Сало топленое свиное	10	10
Масса готовой свинины	—	150 + 20[1]
Соус № 863	35	35
Вертута с брынзой № 1111	—	150
Выход	—	355

[1] Масса реберной косточки.

Корейку свинины нарезают на порционные куски вместе с реберной косточкой (по одному на порцию), слегка отбивают, зачищают косточку, придают мясу овальную форму, затем посыпают солью, перцем, поверхность смазывают горчицей. На середину куска укладывают пассерованный репчатый лук, заворачивают мясо в виде вареника, обжаривают на сковороде с ребристой поверхностью под прессом, перекладывают в сотейник, заливают сметанным соусом и тушат 10–15 мин.

При отпуске готовое изделие поливают сметанным соусом, в котором оно тушилось, рядом кладут вертуту с брынзой.

653. Бугланан гоюн эти (баранина с овощами и горохом) – туркменское национальное блюдо

Баранина (корейка, тазобедренная часть)	222	159
Масса тушеной баранины	—	100
Редька	21	15
Картофель	75	56
Горох лущеный	14	14
Чеснок	8	6
Перец сладкий	8	6
Лук репчатый	25	21
Масло сливочное или маргарин столовый	15	15
Петрушка (зелень)	15	11
Выход	—	300

Мякоть баранины нарезают по 2 куска на порцию и обжаривают. Мясо, сырые овощи (редьку, репчатый лук, картофель), нарезанные дольками, а также замоченный горох заливают водой и доводят до готовности в жарочном шкафу (25–30 мин). В конце тушения кладут чеснок и перец.

Подают в горшочке, посыпав зеленью.

БЛЮДА ИЗ РУБЛЕНОГО МЯСА.

Из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины, свинины, баранины или телятины на мясорубке, приготавливают натуральные рубленые изделия без добавления хлеба (бифштексы, шницели, котлеты и др.) и с добавлением хлеба (котлеты, биточки, зразы, тефтели и др.).

Для изготовления рубленых изделий как с добавлением, так и без добавления хлеба используют следующие куски мякоти: говядина – мякоть шейной части, пашина и обрезки, получающиеся при разделке туши, а также покромка от туш II категории; баранина, козлятина, телятина – мякоть шейной части и обрезки; свинина – обрезки. Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и грубой соединительной ткани. Такое мясо называется котлетным. Для улучшения вкуса и сочности готовых изделий в состав нежирного котлетного мяса включают жир-сырец (5–10%). В свином котлетном мясе допускается содержание жировой ткани не более

30% и соединительной ткани – не более 5%. В котлетном мясе из говядины, баранины и телятины содержание как жировой, так и соединительной ткани не должно превышать 10%.

Для приготовления натуральных рубленых изделий нарезанное на куски котлетное мясо соединяют с жиром-сырцом, измельчают на мясорубке, добавляют воду (или молоко), соль, перец, перемешивают, после чего формуют полуфабрикаты.

Для приготовления изделий с добавлением хлеба измельченное на мясорубке мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в молоке или воде, добавляют соль, перец (иногда репчатый лук) и перемешивают. После повторного пропускания через мясорубку котлетную массу еще раз перемешивают.

В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо принимать меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов (котлетное мясо промывают холодной проточной водой; измельченное мясо и котлетную массу охлаждают, добавляя холодную воду или пищевой лед).

Сформованные полуфабрикаты сразу направляют в тепловую обработку или помещают в холодильник для охлаждения до + 6°С.

Мясные рубленые изделия рекомендуется жарить непосредственно перед отпуском. Полуфабрикаты кладут на сковороду или противень с жиром, нагретым до температуры 150–160°С, и обжаривают 3–5 мин с двух сторон до образования поджаристой корочки, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250–280°С (5–7 мин). Готовые рубленые изделия должны быть полностью прожарены: температура в центре для натуральных рубленых изделий должна быть не ниже 85°С, для изделий из котлетной массы – не ниже 90°С. Органолептическими признаками готовности изделий из рубленого мяса являются выделение бесцветного сока в месте прокола и серый цвет на разрезе.

При отпуске натуральные рубленые изделия поливают жиром или мясным соком, изделия из котлетной массы – жиром или соусом. На гарнир отпускают картофель жареный, картофель отварной, картофельное пюре, овощи отварные или тушеные, макаронные изделия отварные, каши рассыпчатые и др.

654. Бифштекс рубленый

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	155	114	109	80	82	60
Шпик	18	17	12,5	12	9,5	9
Молоко или вода	10,5	10,5	6,76	6,76	5,07	5,07
Перец черный молотый	0,06	0,06	0,04	0,04	0,03	0,03
Соль	1,7	1,7	1,2	1,2	0,9	0,9
Масса полуфабриката	—	143	—	100*	—	75*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного бифштекса	—	100	—	70	—	53
Гарнир №№ 744, 753, 757, 760–762, 765–768, 785	—	150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	220	—	203

В измельченное мясо добавляют свиной шпик, нарезанный кубиками (5 × 5 мм), соль, специи, воду (или молоко), вымешивают, разделывают в виде биточков по 1 шт. на порцию и жарят. При отпуске бифштекс гарнируют и поливают соком, выделившимся при жарении.

Гарниры – каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром; овощи, припущенные с жиром, овощи в молочном соусе (1-й и 2-й варианты), тыква, кабачки, баклажаны жареные.

655. Бифштекс рубленый с яйцом или луком

Бифштекс рубленый жареный № 654	—	100	—	70	—	53

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1 шт.	40	1 шт	40	1 шт.	40
Жир животный топленый пищевой	5	5	5	5	5	5
Масса яичницы	—	40	—	40	—	40
или лук, жаренный во фритюре № 783	—	60	—	35	—	30
Гарнир №№ 744, 753, 757, 760–762, 765–768, 785	—	150	—	150	—	150
Выход: с яйцом	—	290	—	260	—	243
с луком	—	310	—	255	—	233

Готовый рубленый бифштекс гарнируют, поливают мясным соком и кладут на него яичницу глазунью из одного яйца или жаренный во фритюре репчатый лук.

Гарниры – те же, что и в предыдущей рецептуре.

656. Котлеты натуральные рубленые

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (котлетное мясо)	159	114	119	85	80	57
Жир-сырец бараний[1]	17	17	14	14	9	9
или свинина (котлетное мясо)	154	131	116	99	77	66
Вода	14	14	10	10	7	7
Масса полуфабриката	—	143	—	107	—	71
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареных котлет	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 750, 753, 757, 760, 761, 765, 766, 784, 785	—	150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	225	—	200

[1] Используют только для котлет из баранины.

Приготовленный согласно рецептуре фарш (с. 312) разделывают в виде котлет и жарят. При отпуске гарнируют и поливают мясным соком. В рубленое мясо можно добавлять репчатый лук (10, 8 и 5 г нетто на порцию по I, II и III колонкам соответственно). Выход котлет при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается закладка воды.

Гарниры – каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром; овощи, припущенные с жиром, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

657. Шницель натуральный рубленый

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (котлетное мясо)	156	133	128	109	95	81
или баранина (котлетное мясо)	161	115	133	95	98	70
Жир-сырец бараний[1]	18	18	14	14	11	11

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или говядина (котлетное мясо)	156	115	129	95	95	70
Жир-сырец говяжий или свиной[1]	18	18	14	14	11	11
Вода	12	12	9	9	7	7
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6	1/10 шт.	4
Сухари	20	20	15	15	12	12
Масса полуфабриката	—	171	—	137	—	103
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареного шницеля	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 744, 750, 753, 757, 760, 761, 765, 766, 784, 785, 798, 805	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	8	8	5	5	—	—
Выход	—	283	—	255	—	225

[1] Жир-сырец бараний используют для бараньих котлет, жир-сырец свиной или говяжий – для говяжьих котлет.

Подготовленный фарш (с. 312) разделывают в виде изделий плоско-овальной формы, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят. При отпуске шницель гарнируют и поливают жиром (I и II кол.). Можно отпускать с жиром и по III кол. (4 г).

Гарниры – каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

658. Котлеты, биточки, шницели

Говядина (котлетное мясо)	101	74	76	56	50	37
или свинина (котлетное мясо)	87	74	66	56	43	37
или телятина (котлетное мясо)	112	74	85	56	56	37
или баранина (котлетное мясо)	103	74	78	56	52	37
Хлеб пшеничный	18	18	14	14	9	9
Молоко или вода	24	24	17	17	12	12
Сухари	10	10	8	8	5	5
Масса полуфабриката	—	123	—	93	—	62
Жир животный топленый пищевой	6	6	5	5	3	3
Масса жареных котлет, биточков, шницелей	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 750, 753, 757, 759–761, 765, 773, 793	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 827, 828, 829, 863–865	—	50	—	50	—	50
или маргарин столовый, или масло сливочное	8	8	5	5	5	5
Выход: с соусом	—	300	—	275	—	250
с жиром	—	258	—	230	—	205

Из готовой котлетной массы разделывают изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или круглоприплюснутой формы толщиной 2,0–2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели).

Котлеты, биточки и шницели можно приготовлять с добавлением репчатого лука (10; 8 и 5 г нетто) и чеснока (1,0; 0,8; 0,5 г нетто) по I, II и III колонкам соответственно. Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают жиром или соусом.

Котлеты, биточки отпускают по 2 или 1 шт., шницели – по 1 шт. на порцию.

Гарниры – каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, капуста тушеная, сложный гарнир.

Соусы – красный основной, луковый, красный с луком и огурцами, луковый с горчицей, сметанный, сметанный с томатом, сметанный с луком.

659. Котлеты, биточки (особые)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	115	85	75	55	—	—
Свинина (котлетное мясо)	39	33	29	25	—	—
Хлеб пшеничный	23	23	15	15	—	—
Молоко или вода	30	30	20	20	—	—
Сухари	15	15	10	10	—	—
Масса полуфабриката	—	185	—	123	—	—
Жир животный топленый пищевой	10	10	5	5	—	—
Масса готовых котлет, биточков	—	150	—	100	—	—
Гарнир №№ 744, 750, 753, 757, 759–761, 765, 773, 793	—	100	—	150	—	—
Соус №№ 824, 827, 828, 829, 863–865	—	50	—	50	—	—
или маргарин столовый, или масло сливочное	10	10	8	8	—	—
Выход: с соусом	—	300	—	300	—	—
с жиром	—	260	—	258	—	—

Приготовляют так же, как котлеты, биточки (рец. № 658). При отпуске поливают соусом или жиром. Гарниры и соусы те же, что и в предыдущей рецептуре.

660. Котлеты московские*

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	—	—	68	50	34	25
Жир-сырец говяжий, свиной	—	—	8,94	8,94	4,47	4,47
Лук репчатый	—	—	1,2	1,0	0,6	0,5
Сухари	—	—	4	4	2	2
Хлеб пшеничный	—	—	14	14	7	7
Вода	—	—	20,8	20,8	10,4	10,4
Соль	—	—	1,2	1,2	0,6	0,6
Перец	—	—	0,06	0,06	0,03	0,03
Масса полуфабриката	—	—	—	100	—	50
Жир животный топленый пищевой	—	—	5	5	2	2
Масса готового изделия	—	—	—	81	—	41
Гарнир №№ 744, 750, 753, 757, 759–761, 765, 773, 793	—	—	—	150	—	150
Соус №№ 824, 827, 828, 829, 863–865	—	—	—	50	—	50
или маргарин столовый	—	—	—	10	—	5
Выход: с соусом	—	—	—	281	—	241
с жиром	—	—	—	241	—	196

Полуфабрикат жарят, отпускают с гарниром и жиром или гарниром и соусом. Гарниры и соусы те же, что для котлет и биточков.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
661. Котлеты домашние*						
Говядина (котлетное мясо)	—	—	49	36	24	18
Свинина (котлетное мясо)	—	—	24,3	20,7	12,15	10,35
Жир-сырец говяжий, свиной	—	—	2	2	1	1
Лук репчатый	—	—	2,4	2,0	1,2	1,0
Сухари	—	—	4	4	2	2
Яйца	—	—	1/40 шт.	1	1/80 шт.	0,5
Хлеб	—	—	13	13	6,5	6,5
Вода	—	—	20	20	10	10
Соль	—	—	1,2	1,2	0,6	0,6
Перец	—	—	0,1	0,1	0,05	0,05
Масса полуфабриката	—	—	—	100	—	50
Жир животный топленый пищевой	—	—	5	5	2	2
Масса готового изделия	—	—	—	81	—	41
Гарнир №№ 744, 750, 753, 757, 759–761, 765, 773, 793	—	—	—	150	—	150
Соус №№ 824, 827, 828, 829, 863–865	—	—	—	50	—	50
или маргарин столовый, или масло сливочное	—	—	—	10	—	5
Выход: с соусом	—	—	—	281	—	241
с жиром	—	—	—	241	—	196

Приготовленные согласно рецептуре котлеты или полуфабрикаты жарят (с. 312) и отпускают так же, как котлеты, биточки, шницели (рец. № 658).

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
662. Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом (по-казацки)				
Говядина (котлетное мясо)	101	74	50	37
или свинина (котлетное мясо)	87	74	43	37
или телятина (котлетное мясо)	112	74	56	37
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	103	74	52	37
Хлеб пшеничный	18	18	9	9
Молоко или вода	24	24	12	12
Сухари	10	10	5	5
Масса полуфабриката (биточки)	—	123	—	62
Жир животный топленый пищевой	6	6	3	3
Масса жареных биточков	—	100	—	50
Гарнир № 749	—	140	—	140
Соус № 863	—	100	—	75
Сыр	4,3	4	3,3	3
Масса полуфабриката	—	341	—	267
Выход	—	300	—	235

На порционную сковородку, смазанную жиром, кладут рис, припущенный с томатом, сверху укладывают жаренные до полуготовности биточки, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром и запекают.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

663. Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом

Говядина (котлетное мясо)	101	74	50	37
или свинина (котлетное мясо)	87	74	43	37
или телятина (котлетное мясо)	112	74	56	37
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	103	74	52	37
Хлеб пшеничный	18	18	9	9
Молоко или вода	24	24	12	12
Котлетная масса	—	114	—	57
Фарш-соус № 862	—	54	—	26
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5
Сыр	4,3	4	3,3	3
Масса полуфабриката	—	179	—	90
Масса запеченных котлет	—	140	—	70
Гарнир №№ 757, 765, 766, 792, 793	—	100	—	150
Соус №№ 824, 826	—	50	—	50
Выход	—	290	—	270

Непанированные котлеты кладут на смазанный жиром противень или сковороду, в середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают 15–20 мин. При отпуске котлеты гарнируют, соус красный основной и красный с вином подливают сбоку.

Гарниры – картофель отварной, овощи отварные с жиром; овощи, припущенные с жиром, сложные гарниры.

664. Зразы рубленые

Говядина (котлетное мясо)	103	76	52	38
или свинина (котлетное мясо)	89	76	45	38
или телятина (котлетное мясо)	115	76	58	38
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	106	76	53	38
Хлеб пшеничный	16	16	8	8
Молоко или вода	23	23	11	11
Котлетная масса	—	113	—	56
Фарш:				
Лук репчатый	62	52	31	26
Жир животный топленый пищевой	7	7	4	4
Масса пассерованного лука	—	26	—	13
Яйца	1/4 шт.	10	1/8 шт.	5
Петрушка (зелень)	5	4	3	2
Масса фарша	—	40	—	20
Сухари	12	12	6	6
Масса полуфабриката	—	165	—	82
Жир животный топленый пищевой	6	6	4	4
Масса жареных зраз	—	140	—	70
Гарнир №№ 744, 757, 759, 765	—	100	—	150
Соус №№ 824, 827, 829	—	50	—	50
Выход	—	290	—	270

Котлетную массу формуют в виде лепешки толщиной в 1 см, на середину которой кладут фарш (измельченный пассерованный лук и зелень, рубленые вареные яйца). После этого края лепешек соединяют, панируют в сухарях, придавая им овально-приплюснутую форму, и жарят. Отпускают с гарниром и соусом по 2–1 шт. на порцию по I, II, III колонкам соответственно.

Приготовлять зразы можно и без яиц, увеличив соответственно закладку пассерованного лука. Вместо указанного в рецептуре фарша зразы можно фаршировать омлетом (рец. № 467), нарезанным мелкими ломтиками.

Гарниры – каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

Соусы – красный основной, луковый, луковый с горчицей.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
665. Зразы из говядины, фаршированные рисом (паровые)				
Говядина (котлетное мясо)	103	76	52	38
Хлеб пшеничный	16	16	8	8
Молоко или вода	23	23	11	11
Котлетная масса	—	113	—	56
На фарш:				
Рис припущенный № 748	—	52	—	26
Масса полуфабриката	—	165	—	82
Масса готовых зраз	—	140	—	70
Гарнир №№ 757, 759, 765, 766, 769, 770	—	100	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	3	3
или соус №№ 844, 859, 863	—	50	—	50
Выход: с жиром	—	245	—	223
с соусом	—	290	—	270

Котлетную массу приготавливают, как описано на с. 312, и формуют изделия в виде лепешек толщиной в 1 см, на середину которых кладут припущенный рис, заправленный жиром. После этого края лепешек соединяют, придают овальную форму, кладут на решетку паровой коробки и варят на пару при закрытой крышке 15–20 мин. Отпускают с гарниром и жиром или с гарниром и соусом.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром; овощи, припущенные с жиром, пюре из моркови или свеклы (1-й и 2-й варианты).

Соусы – паровой, молочный, сметанный.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
666. Рулет с макаронами или яйцом				
Говядина (котлетное мясо)	155	114	103	76
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	159	114	106	76
или телятина (котлетное мясо)	173	114	115	76
Хлеб пшеничный	23	23	15	15
Молоко или вода	34	34	23	23
Котлетная масса	—	170	—	113
Фарш:				
Макароны отварные № 753	—	125	—	75
или яйца	2 шт.	80	1 шт.	40
Маргарин столовый	3	3	2	2
Масса фарша из макарон	—	128	—	77
или из яиц	—	83	—	42
Яйца	1/4 шт.	10	1/6 шт.	7
Сухари	6	6	4	4
Масса полуфабриката с макаронами	—	313	—	199
Масса полуфабриката с яйцом	—	267	—	165
Маргарин столовый (на смазку противня и сбрызгивание)	4	4	3	3
Масса готового рулета:				
с макаронами	—	275	—	175
с яйцом	—	235	—	145
Соус №№ 824, 827	—	50	—	50
Выход: с макаронами	—	325	—	225
с яйцом	—	285	—	195

На смоченную водой полотняную салфетку раскладывают котлетную массу ровным слоем толщиной в 1,5–2 см. На котлетную массу кладут фарш (заправленные жиром отварные макароны или рубленые крутые яйца). Затем края салфетки соединяют так, чтобы один край котлетной массы слегка находил на другой, и рулет скатывают с салфетки на смазанный жиром противень швом вниз. Поверхность рулета смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром, прокалывают в нескольких местах и запекают 30–40 мин. Готовый рулет режут на порции и поливают соусом.

Рулет с яйцом можно отпускать с рассыпчатыми кашами, отварными макаронными изделиями, с картофелем и отварными овощами, с картофельным пюре (75 г на порцию). Соусы – красный основной, луковый.

667. Рулет с луком и яйцом

	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	103	76
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	106	76
или телятина (котлетное мясо)	115	76
Хлеб пшеничный	15	15
Молоко или вода	23	23
Котлетная масса	—	113
Фарш:		
Лук репчатый	57	48
Маргарин столовый	5	5
Масса пассерованного лука	—	24
Яйца	1/4 шт.	10
Петрушка (зелень)	5	4
Масса фарша	—	38
Яйца	1/5 шт.	8
Сухари	4	4
Масса полуфабриката	—	161
Жир животный топленый пищевой (на смазку противня и сбрызгивание)	1	1
Масса готового рулета	—	142
Гарнир №№ 744, 757, 759, 765	—	100
Выход	—	242

Для приготовления фарша пассерованный лук рубят, соединяют с измельченными вареными яйцами и зеленью петрушки. Далее готовят, как в рец. № 666. Допускается приготовление рулета без яиц, с соответствующим увеличением закладки репчатого лука. Рулет можно отпускать с соусом красным или луковым (50 г на порцию).

Гарниры – каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

668. Тефтели

1-й вариант

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	103	76	52	38
или свинина (котлетное мясо)	89	76	45	38
или телятина (котлетное мясо)	115	76	58	38
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	106	76	53	38
Хлеб пшеничный	16	16	8	8
Молоко или вода	24	24	12	12

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	29	24	24	20
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3
Масса пассерованного лука	—	12	—	10
Мука пшеничная	8	8	4	4
Масса полуфабриката	—	135	—	71
Жир животный топленый пищевой	7	7	3	3
Масса готовых тефтелей	-	115	—	60
Соус №№ 824, 833, 848, 864	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 747, 757, 759, 765	—	100	—	150
Выход	—	290	—	260

В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный репчатый лук (можно добавлять зеленый лук), перемешивают и формуют в виде шариков по 3–4 шт. на порцию, панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1–2 ряда, заливают соусом, в который добавляют 10–20 г воды, и тушат 8–10 мин.

Отпускают тефтели с гарниром и соусом, в котором они тушились.

Соусы – красный основной, красный с кореньями (для тефтелей), томатный, сметанный с томатом.

Гарниры – каши рассыпчатые, рис отварной, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

669. Тефтели

2-й вариант

Говядина (котлетное мясо)	103	76	52	38
или свинина (котлетное мясо)	89	76	45	38
или телятина (котлетное мясо)	115	76	58	38
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	106	76	53	38
Вода	12	12	6	6
Крупа рисовая	11	11	5	5
Масса готового рассыпчатого риса	—	30	—	15
Лук репчатый	29	24	21	18
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3
Масса пассерованного лука	—	12	—	9
Мука пшеничная	8	8	4	4
Масса полуфабриката	—	135	—	71
Жир животный топленый пищевой	7	7	5	5
Масса готовых тефтелей	—	115	—	60
Соус №№ 824, 833, 848, 864	—	75	—	50
Гарнир №№ 757, 759, 765	—	125	—	150
Выход	—	315	—	260

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, перец, мелко нарезанный пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделывают тефтели в виде шариков по 3–4 шт. на порцию. Шарики панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1–2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10–20 г на порцию) и тушат 8–10 мин.

При отпуске тефтели гарнируют и поливают соусом, в котором они тушились.

Соусы те же, что и в рец. № 668.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

670. Фрикадельки в соусе

Говядина (котлетное мясо)	103	76	52	38
или телятина (котлетное мясо)	115	76	58	38

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или свинина (котлетное мясо)	89	76	45	38
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	106	76	53	38
Хлеб пшеничный	16	16	8	8
Молоко или вода	22	22	11	11
Лук репчатый	7	6	5	4
Мука	10	10	5	5
Масса полуфабриката	—	129	—	65
Жир животный топленый пищевой	7	7	5	5
Масса готовых фрикаделек	—	110	—	55
Соус №№ 833, 848, 863–865	—	75	—	50
Гарнир №№ 744, 747, 757, 759–761, 765	—	100	—	150
Выход	—	285	—	255

Котлетную массу с добавлением сырого репчатого лука разделывают в виде шариков массой 10–12 г, затем панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1–2 ряда, заливают соусом и тушат 5–10 мин до готовности. Отпускают фрикадельки с соусом, в котором они тушились, и гарниром.

Соусы – красный с кореньями (для тефтелей), томатный, сметанный, сметанный с томатом, сметанный с луком.

Гарниры – каши рассыпчатые, рис отварной, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром.

671. Биточки паровые

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	101	74	76	56	50	37
или телятина (котлетное мясо)	112	74	85	56	56	37
Хлеб пшеничный	18	18	13	13	9	9
Молоко или вода	22	22	16	16	11	11
Масло сливочное или маргарин столовый	4	4	3	3	2	2
Масса полуфабриката	—	114	—	85	—	57
Масса припущенных биточков	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 748, 759, 767, 800	—	100	—	150	—	150
Соус №№ 844–846	—	75	—	50	—	50
Выход	—	275	—	275	—	250

Из взбитой котлетной массы с добавлением жира формуют биточки, которые варят на пару 20–25 мин или припускают под крышкой 15–20 мин. Отпускают биточки с гарниром и соусом. В качестве дополнительного гарнира можно дать готовые вареные белые грибы или шампиньоны (40, 20, 10 г нетто по I, II и III колонкам соответственно).

Гарниры – рис припущенный, пюре картофельное, овощи в молочном соусе (1-й вариант), сложный гарнир.

Соусы – паровой, белый с яйцом, белый с овощами.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

672. Оладьи из печени

Печень говяжья	139	115	120	100	—	—
или печень свиная	131	115	114	100	—	—
Хлеб пшеничный	20	20	15	15	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	3	3	—	—
Масса полуфабриката	—	136	—	115	—	—
Жир животный топленый пищевой	13	13	11	11	—	—
Масса жареных оладьев	—	120	—	101	—	—
Гарнир №№ 759–761, 766	—	150	—	150	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	6	6	5	5	—	—
Выход	—	276	—	256	—	—

Подготовленную печень пропускают через мясорубку, соединяют с натертым черствым хлебом, добавляют жир, соль, перец и разделывают в виде лепешек по 2–3 шт. на порцию. Жарят на сковородке с жиром, нагретым до 150–180 °С, до образования корочки с обеих сторон. При отпуске оладьи поливают жиром и гарнируют.

Гарниры – пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); овощи, припущенные с жиром.

673. Кнели из говядины

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	109	80	82	60	54	40
Хлеб пшеничный (мякиш)	8	8	6	6	4	4
Молоко	41	41	31	31	21	21
Яйца (белки)	1/4 шт.	6	1/6 шт.	4	1/8 шт.	3
Масса полуфабриката	—	133	—	100	—	67
Маргарин столовый (для смазывания форм)	2	2	2	2	2	2
Масса готовых кнелей	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 747, 758, 759, 765, 766, 769, 770	—	100	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
или соус № 859	—	50	—	40	—	30
Выход: с жиром	—	205	—	230	—	205
с соусом	—	250	—	265	—	230

Мясо пропускают через мясорубку с паштетной решеткой, добавляют замоченный в молоке мякиш черствого пшеничного хлеба, смешивают и вновь дважды пропускают через мясорубку с паштетной решеткой, перемешивают и протирают. Затем массу взбивают, постепенно добавляя яичный белок и молоко. В конце взбивания солят. Кусочек хорошо взбитой сырой кнельной массы не тонет в горячей воде. Готовую кнельную массу раскладывают в специальные формы, смазанные жиром, и варят на пару или на водяной бане или разделывают при помощи кондитерского мешка и припускают 15–20 мин. Отпускают кнели с гарниром и молочным соусом или с гарниром и жиром.

Гарниры – рис отварной, картофель в молоке, овощи отварные с жиром; овощи, припущенные с жиром, пюре из моркови или свеклы (1-й и 2-й варианты).

674. Пудинг из говядины

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	219	161	164	121	110	81

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса вареной говядины	—	100	—	75	—	50
Масло сливочное или маргарин столовый	7	7	5	5	3	3
Яйца	3/7 шт.	17	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10
Молоко	30	30	23	23	15	15
Масса полуфабриката	—	151	—	114	—	77
Маргарин столовый (для смазывания форм)	2	2	2	2	2	2
Масса готового пудинга	—	137		104	—	70
Гарнир №№ 747, 758, 759, 765, 766, 769, 770	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	6	6	5	5	4	4
Выход	—	293	—	259	—	224

Вареное мясо пропускают два раза через мясорубку, добавляют сливочное масло или маргарин, молоко, желтки яиц, соль, хорошо вымешивают, соединяют со взбитыми белками, осторожно перемешивают, раскладывают в смазанные жиром формы и варят на пару или на водяной бане 25–30 мин. Отпускают пудинг с гарниром и жиром.

Гарниры те же, что и в предыдущей рецептуре.

675. Биточки по-селянски (украинское национальное блюдо)

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	136	100	101	74
Жир-сырец (говяжий или свиной)	5	5	4	4
Лук репчатый	12	10	12	10
Вода	15	15	10	10
Мука пшеничная	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	130	—	100
Жир животный топленый пищевой	8	8	6	6
Масса готовых биточков	—	100	—	75
На соус:				
Грибы сушеные	5	10[1]	3	6[1]
Лук репчатый	42	35	27	23
Жир животный топленый пищевой	5	5	4	4
Вода	50	50	40	40
Томатное пюре	8	8	6	6
Масса соуса с томатным пюре, луком и грибами	—	75	—	50
Картофель	173	130	173	130
Морковь	16	13	16	13
Лук репчатый	29	24	29	24
Томатное пюре	9	9	9	9
Жир животный топленый пищевой	11	11	11	11
Масса тушеных овощей	—	150	—	150
Выход	—	325	—	275

[1] Масса вареных грибов.

Говядину вместе с жиром-сырцом измельчают на мясорубке с крупной решеткой, добавляют мелко нарезанный репчатый лук, воду, соль, перец и хорошо перемешивают. Из приготовленной массы формуют биточки (по 1 шт. на порцию), панируют в муке и обжаривают с двух сторон. Подготовленные вареные грибы мелко нарезают и обжаривают вместе с луком и томатным пюре. Обжаренные биточки перекладывают в посуду, добавляют поджаренные

с луком и томатным пюре грибы, заливают грибным отваром и тушат 10–15 мин. Картофель и морковь нарезают кубиками или дольками, обжаривают отдельно почти до готовности. Затем соединяют с мелко нарезанным луком, пассерованным томатным пюре, заливают бульоном или водой и тушат до готовности. В конце тушения добавляют перец и лавровый лист. Отпускают биточки с тушеными овощами и соусом, в котором они тушились.

676. Котлеты полтавские (украинское национальное блюдо)

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	141	104	106	78
Вода	10	10	7	7
Шпик	10	10	7	7
Чеснок	1,3	1	1	0,8
Сухари	12	12	9	9
Масса полуфабриката	—	135	—	100
Жир животный топленый пищевой	9	9	7	7
Масса жареных котлет	—	100	—	75
Гарнир №№ 761, 762	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	7	7	5	5
Выход	—	257	—	230

Говядину пропускают два раза через мясорубку, добавляют воду, шпик, нарезанный мелкими кубиками, измельченный чеснок, соль, перец и перемешивают. Из подготовленной массы формуют котлеты (по 2 шт. на порцию), панирую в сухарях и жарят. Подают с жареным картофелем.

При отпуске котлеты поливают жиром.

677. Купаты (колбаски) (грузинское национальное блюдо)

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (котлетное мясо)	288	245	259	221
Лук репчатый	30	25	25	21
Чеснок	3	2,3	2,6	2
Гранат (зерна)	20	12	15	9
Хмели-сунели (сушеная зелень)	0,5	0,5	0,4	0,4
Корица	0,01	0,01	0,01	0,01
Гвоздика	0,01	0,01	0,01	0,01
Кишки свиные сушеные	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	285	—	250
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3
Масса жареных купат	—	215	—	190
Лук репчатый	60	50	48	40
Петрушка (зелень)	7	5	7	5
Острая ткемалевая подлива	40	40	30	30
Выход	—	310	—	265

Свинину пропускают через мясорубку, добавляют мелко нарубленный лук, корицу, гвоздику, гранат, хмели-сунели, чеснок и перец.

Этим фаршем набивают предварительно замоченные сухие кишки, концы которых завязывают, придают им форму подковы и жарят на сковороде с добавлением жира. Купаты можно жарить и над углями, в этом случае жир из рецептуры исключается.

При отпуске купаты гарнируют репчатым луком, нарезанным кольцами, и зеленью. Соус подают отдельно.

678. Люля-кебаб (азербайджанское национальное блюдо)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (котлетное мясо)	331	237	277	198	—	—
Жир-сырец (курдючный)	20	20	10	10	—	—
Лук репчатый	20	17	20	17	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соль	5	5	5	5	—	—
Перец	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Масса полуфабриката	—	270	—	222	—	—
Масса жареного люля-кебаб	—	170	—	140	—	—
Мука пшеничная для лаваша	45	45	45	45	—	—
Вода	—	12	—	12	—	—
Масса готового лаваша	—	50	—	50	—	—
Лук зеленый	40	32	40	32	—	—
Петрушка (зелень)	15	11	15	11	—	—
Сумах[1]	3	3	3	3	—	—
Выход	—	265	—	235	—	—

[1] Сумах сушеный, дробленый, получаемый из плодов дикорастущего кустарника семейства сумаховых, используется как вкусовая приправа к мясным блюдам.

Баранину, лук репчатый, жир-сырец пропускают через мясорубку, заправляют солью и перцем. Из приготовленного фарша формуют люля в виде сарделек, нанизывают на шпажку и жарят на углях. Из муки на воде замешивают крутое тесто, раскатывают лаваш толщиной 1 мм, выпекают на противне без жира.

При подаче люля-кебаб кладут на лаваш, гарнируют луком, зеленью, посыпают сумахом. Люля-кебаб можно подавать без лаваша.

679. Кийма-кабоб (шашлык рубленый) (узбекское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	94	69
или баранина (котлетное мясо)	97	69
Лук репчатый	12	10
Уксусная эссенция 80%-ная	0,25	0,25
Перец красный	0,4	0,4
Зра (анис)	0,06	0,06
Качниш-дон (семена кориандра)	0,1	0,1
Соль	2	2
Масса полуфабриката	—	79
Масса жареного шашлыка	—	50
Лук репчатый	12	10
Выход	—	60

Подготовленное мясо, в которое добавлены сырой репчатый лук, качниш-дон, зра и красный перец, пропускают через среднюю решетку мясорубки, добавляют соль, уксусную эссенцию, тщательно перемешивают и оставляют на 2–3 ч на холоде для маринования. Замаринованное мясо формуют в виде небольших колбасок (кийма), надевают на шпажки и жарят над углями 10–15 мин.

Кийму-кабоб подают с мелко нарезанным луком.

МЯСО ЗАПЕЧЕННОЕ

Мясо и мясные продукты запекают с картофелем, овощами, кашами и другими гарнирами вместе с соусом или без него. Мясо и мясные продукты для приготовления запеченных блюд предварительно варят, припускают или жарят. Подготовленные полуфабрикаты запекают на порционных сковородах или противнях в жарочном шкафу при температуре 220–280 °С. В первом случае блюда отпускают в тех же сковородах, в которых они запекались, во втором случае блюда при отпуске порционируют.

Все компоненты блюд в процессе запекания должны быть прогреты до температуры не ниже 80°С. Для этого полуфабрикаты, подготовленные для запекания в сковородах на 1–5 порций, помещают в жарочный шкаф, разогретый до температуры 250–280 °С, на 10–30 мин. Полуфабри-

каты, подготовленные для запекания в противнях, запекают при более низкой температуре (220–250 °С), но более продолжительное время (около часа).

Внешним признаком готовности запеченных блюд является образование поджаристой корочки, чему способствует наличие на их поверхности сметаны, тертого сыра, сухарей и пр. Готовность запеченных блюд в производственных условиях определяется органолептически.

Длительное хранение готовых запеченных блюд не рекомендуется, так как их внешний вид и вкусовые качества быстро ухудшаются.

680. Запеканка картофельная или рулет картофельный с мясом или субпродуктами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	—	—	162	119	107	79
или сердце	—	—	147	125	98	83
или легкие	—	—	113	104	75	69
или печень говяжья	—	—	133	110	89	74
Жир животный топленый пищевой	—	—	6	6	4	4
Масса готовых мясопродуктов	—		—	75	—	50
Картофель	—	—	309	232/225[1]	309	232/225[1]
Масса вареного протертого картофеля	—	—	—	220	—	220
Лук репчатый	—	—	29	24	21	18
Маргарин столовый	—	—	4	4	3	3
Масса пассерованного лука	—	—	—	12	—	9
Маргарин столовый	—	—	5	5	3	3
Сухари	—	—	6	6	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	315	—	286
Масса запеченного блюда	—	—	—	268	—	243
Маргарин столовый	—	—	10	10	5	5
или соус №№ 824, 868, 869	—	—	—	50	—	50
Выход: с жиром	—	—	—	278	—	248
с соусом	—	—	—	318	—	293

[1] В числителе масса картофеля нетто, в знаменателе масса вареного картофеля.

Легкие и сердце варят, печень жарят, а мясо обжаривают и тушат. Готовые продукты пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный лук, перец. Протертый картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень или сковороду, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. После разравнивания изделие посыпают сухарями, сбрызгивают жиром и запекают.

Если блюдо готовят в виде рулета, его формуют так же, как рулет картофельный с овощами и грибами (рец. № 380).

При отпуске запеканку или рулет нарезают по одному куску на порцию, поливают жиром или соусом.

Соусы – красный основной, грибной, грибной с томатом.

681. Макаронник с мясом или субпродуктами

Говядина (котлетное мясо)	—	—	162	119	107	79
или сердце	—	—	147	125	98	83
или легкие	—	—	113	104	75	69
или печень говяжья	—	—	133	110	89	74
Маргарин столовый	—	—	6	6	4	4
Масса готовых мясопродуктов	—	—	—	75	—	50
Макароны	—	—	72	207[1]	71	204[1]
Лук репчатый	—	—	29	24	21	18
Маргарин столовый	—	—	4	4	3	3

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса пассерованного лука	—	—	—	12	—	9
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8
Маргарин столовый	—	—	5	5	3	3
Сухари	—	—	6	6	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	312	—	277
Масса запеченного блюда	—	—	—	265	—	235
Маргарин столовый	—	—	10	10	5	5
Выход	—	—	—	275	-	240

[1] Масса отварных макарон.

Макароны варят в подсоленной воде, охлаждают до 70°C и заправляют взбитыми яйцами. Далее блюдо готовится так же, как запеканка с мясом (рец. № 680).

При отпуске макаронник нарезают по одному куску на порцию и поливают жиром. Можно отпускать с соусом красным основным или томатным.

682. Говядина в луковом соусе запеченная

Говядина (лопаточная и подлопаточная части)	219	161	164	121	110	81
Масса вареной говядины	—	100	—	75	—	50
Картофель	172	129/125[1]	206	206/150[2]	206	206/150[2]
Молоко или вода	—	25	—	—	-	—
Масло сливочное или маргарин	5	5	—	—	—	—
Яйца	1/8 шт.	5	—	—	-	—
Масса картофельного пюре	—	155	—	—	—	—
Соус № 827	—	100	—	100	-	100
Сухари	—	—	2	2	5	5
Сыр	5,4	5	3,3	3	—	—
Маргарин столовый	7	7	5	5	3	3
Масса полуфабриката	—	367	—	333	—	305
Выход	—	330	—	300	-	275

[1] В числителе – масса сырого очищенного картофеля нетто, в знаменателе масса вареного картофеля.

[2] Масса отварного очищенного картофеля.

На смазанную жиром порционную сковородку подливают немного соуса и кладут 1–2 кусочка вареной говядины. Вокруг мяса выпускают из кондитерского мешка картофельное пюре (I колонка) или укладывают кружочки вареного картофеля (II и III колонки). Мясо и картофель заливают соусом, посыпают тертым сыром или сухарями, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу.

683. Баранина или телятина, запеченная в молочном соусе

Баранина, козлятина (лопаточная часть)	218	156	164	117	—	—
или телятина (лопаточная часть)	236	156	177	117	—	—
Масса вареной баранины, козлятины, телятины	—	100	—	75	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель жареный № 761	—	130	—	155	—	—
Соус № 861	—	100	—	100	—	—
Сыр	5,4	5	4,3	4	—	—
Маргарин столовый	2	2	2	2	—	—
Масса полуфабриката	—	333	—	333	—	—
Выход	—	290	—	290	—	—

Приготовляют блюдо так же, как и говядину, запеченную в соусе (рец. № 682), только используют жареный картофель, нарезанный кружочками, и молочный соус.

684. Солянка сборная на сковороде

Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка)	76	56/35[1]	76	56/35[1]	54	40/25[1]
или баранина, козлятина (лопаточная часть, грудинка)	77	55/35[1]	77	55/35[1]	55	39/25[1]
или свинина (лопаточная часть, грудинка)	68	58/35[1]	68	58/35[1]	49	42/25[1]
Сосиски или сардельки	26	25[1]	26	25[1]	26	25[1]
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	20	15[1]	20	15[1]	—	—
Почки говяжьи	60	52/25[1]	—	—	—	—
или язык говяжий	42	42/25[1]	—	—	—	—
Огурцы соленые	58	35	58	35	58	35
Масса припущенных огурцов	—	30	—	30	—	30
Каперсы	30	15	30	15	20	10
Соус № 824	—	50	—	50	—	50
Капуста тушеная № 773	—	150	—	200	—	200
Сухари	4	4	3	3	5	5
Сыр	3,3	3	2,2	2	—	—
Маргарин столовый	5	5	4	4	3	3
Масса полуфабриката	—	355	—	377	—	346
Масса запеченной солянки	—	284	—	302	—	277
Маслины	20	20	15	15	10	10
Плоды или ягоды маринованные	36	20	27	15	18	10
Лимон	9	8	6	5	6	5
Выход	—	332	—	337	—	302

[1] Масса вареных продуктов.

Вареные сосиски или сардельки, почки или язык, окорок, мясо, нарезанные тонкими ломтиками, слегка обжаривают, соединяют с припущенными солеными огурцами, очищенными от кожицы и семян и нарезанными ломтиками, каперсами, красным соусом и доводят до кипения. На сковороду, смазанную жиром, кладут часть тушеной капусты, на нее – мясные продукты с соусом и каперсами, затем снова оставшуюся капусту. После этого поверхность разравнивают, сверху посыпают тертым сыром и молотыми сухарями или одними сухарями, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу в течение 15 мин при температуре 250°С до образования румяной корочки. Перед подачей на солянку кладут ломтик лимона. Можно посыпать зеленью петрушки или укропа. Украшают маринованными фруктами, маслинами и лимоном.

Солянку можно приготовить без фруктов, маслин, лимона, соответственно уменьшив выход.

При отсутствии почек и языка их можно заменить сердцем и рубцом в соответствующих количествах.

Соус – красный основной.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

685. Котлеты натуральные в соусе, запеченные

Баранина, козлятина (корейка)	222	159 + 12[1]	158	113+12[1]*	—	—
или телятина (корейка)	241	159 + 20[1]	159	105+20[1]*	—	—
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	—	—
Масса жареных котлет:						
из баранины, козлятины	—	100 + 12[1]	—	71 + 12[1]	—	—
из телятины	—	100 + 20[1]	—	66 + 20[1]	—	—
Шампиньоны свежие	38	29	28	21	—	—
или грибы белые свежие	36	27	26	20	—	—
Масса вареных грибов	—	20	—	15	—	—
Соус № 861	—	125	—	100	—	—
Сыр	5,4	5	4,3	4	—	—
Маргарин столовый	5	5	4	4	—	—
Масса полуфабриката:						
из баранины, козлятины	—	255 + 12[1]	—	194+12[1]		
из телятины	—	255 + 20[1]	—	189+20[1]	—	—
Масса запеченных котлет:						
из баранины, козлятины	—	224 + 12[1]	—	171+12[1]	—	—
из телятины	—	224 + 20[1]	—	166+20[1]	—	—
Гарнир №№ 750, 760, 761, 804, 805	—	50	—	50	—	—
Соус №№ 824, 826	—	50	—	50	—	—
Выход: котлет из баранины, козлятины	—	324 + 12[1]	—	271 + 12[1]	—	—
из телятины	—	324 + 20[1]	—	266+20[1]	—	—

[1] Масса косточки.

Котлеты, нарезанные с косточкой из корейки, слегка отбивают, посыпают солью, перцем и обжаривают. Затем их надрезают поперек в нескольких местах, а в разрезы кладут вареные шампиньоны или белые грибы, нарезанные ломтиками. На порционную сковороду, смазанную жиром, наливают немного молочного соуса, кладут подготовленные котлеты, после чего заливают тем же соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу до образования на поверхности корочки. Подают котлеты в той же сковороде, в которой они запекались. Отдельно подают гарнир и соус.

По I колонке блюдо можно отпускать с припущенными петушиными гребешками.

Гарниры – зеленый горошек с жиром, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), сложные гарниры.

Соусы – красный основной, красный с вином.

686. Язык с картофелем в соусе, запеченный

Язык говяжий	169	169	126	126	—	—
или свиной, телячий	170	170	127	127	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или бараний	191	191	143	143	—	—
Лук репчатый	5	4	4	3	—	—
Морковь	5	4	4	3	—	—
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса вареного языка	—	100	—	75	—	—
Картофель	206	206/150[1]	206	206/150[1]	—	—
Соус №№ 827, 848, 861, 863	—	100	—	75	—	—
Сыр	4,3	4	3,3	3	—	—
Сухари	6	6	5	5	—	—
Маргарин столовый	5	5	4	4	—	—
Масса полуфабриката	—	364	—	311	—	—
Выход	—	320	—	274	—	—

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

Очищенный вареный язык нарезают небольшими тонкими ломтиками. На порционную сковороду, смазанную жиром, наливают немного соуса, кладут ломтики языка, вокруг которых укладывают ломтики вареного картофеля, и заливают оставшимся соусом. Затем посыпают тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызгивают жиром и запекают. Подают блюдо на порционной сковороде.

Соусы – луковый, томатный, молочный, сметанный.

687. Мозги в молочном соусе, запеченные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мозги	173	139	130	104	—	—
Лук репчатый	5	4	4	3	—	—
Морковь	5	4	4	3	—	—
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Уксус 3%-ный	5	5	4	4	—	—
Масса вареных мозгов	—	104	—	78	—	—
Мука пшеничная	5	5	4	4	—	—
Масса полуфабриката	—	109	—	82	—	—
Маргарин столовый	8	8	5	5	—	—
Масса жареных мозгов	—	100	—	75	—	—
Шампиньоны свежие	47	36	38	29	—	—
или грибы белые свежие	43	33	36	27	—	—
Масса вареных грибов	—	25	—	20	—	—
Соус № 861	—	100	—	75	—	—
Сыр	4,3	4	3,3	3	—	—
Маргарин столовый	5	5	4	4	—	—
Масса полуфабриката	—	234	—	177	—	—
Выход	—	206	—	156	—	—

Вареные мозги (рец. № 575) нарезают по 2 куска на порцию, солят, панируют в муке и с обеих сторон обжаривают. Отварные шампиньоны или белые грибы нарезают ломтиками. На порционную сковороду, смазанную жиром, наливают немного молочного соуса, кладут обжаренные мозги и грибы, заливают оставшимся соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают. Подают в той же сковороде.

К блюду отдельно можно подать рис припущенный (рец. № 748), зеленый горошек с жиром (рец. № 750), пюре картофельное (рец. № 759) 100 г на порцию.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

688. Почки с окороком, языком и грибами в соусе, запеченные

Почки говяжьи	181	156	121	101	-	—
или почки бараньи, или свиные, или телячьи	151	136	101	91	—	--
Жир животный топленый пищевой	5	5	3	3	-	—
Масса жареных почек	--	75		50	--	—
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	39	. 30	26	20	--	—
Язык говяжий	51	51	34	34		—
Масса вареного языка	-	30	—	20	-	—
Шампиньоны свежие	57	43	38	29	-	--
или грибы белые свежие	53	40	36	27		--
Масса вареных грибов	-	30	—	20	–	--
Соус № 864	-	115	—	85	-	--
Сыр	4,3	4	3,3	3	-	—
Маргарин столовый	5	5	4	4	—	--
Масса полуфабриката		288	--	201	—	--
Выход	—	254	--	177	--	--

Подготовленные сырые бараньи или телячьи, или свиные почки (говяжьи почки предварительно отваривают) нарезают ломтиками и обжаривают. Вареные белые грибы или шампиньоны, а также окорок и отварной язык нарезают ломтиками. Все продукты соединяют, заправляют соусом сметанным с томатом, кладут на смазанную жиром порционную сковороду, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают.

689. Кабачки, баклажаны, перец или помидоры, фаршированные мясом и рисом

Кабачки	--	---	266	160[1]	212	128[1]
или баклажаны	—	—	168	160	135	128
или помидоры	—	-	219	160	175	128
или перец сладкий	—	—	213	160	171	128
Говядина (котлетное мясо)	--	--	164	121/75[2]	110	81/50[2]
или баранина (котлетное мясо)	—	-	164	117/75[2]	109	78/50[2]
Крупа рисовая	--	--	16	45[3]	9	25[3]
Лук репчатый	--	--	29	24	21	18
Маргарин столовый	--		7	7	5	5
Масса пассерованного лука с жиром	—	-	---	15	—	11
Масса фарша	--	--	—	135	-	86
Сухари	---	--	—	--	3	3
Сыр	—	---	3,3	3	--	---
Масса полуфабриката	—	—	--	295	—	215
Масса запеченного блюда	—	--	—	266	--	194
Соус №№ 848, 863, 864	—	—	-	100	—	75
Выход	—	--	--	366	—	269

[1] Масса кабачков, сваренных до полуготовности.

[2] В числителе – масса сырого мяса нетто, в знаменателе – масса вареного мяса.

[3] Масса каши рисовой рассыпчатой.

Кабачки очищают от кожицы, разрезают поперек на куски толщиной 3–5 см, удаляют часть мякоти с семенами и отваривают в подсоленной воде до полуготовности.

Помидоры промывают, срезают часть мякоти у плодоножки и вынимают семенное гнездо, часть мякоти, которую используют в дальнейшем для соусов и супов.

Баклажаны промывают, разрезают вдоль пополам, предварительно отрезая плодоножку, и вынимают часть мякоти с семенами.

У стручков перца срезают плодоножку с частью мякоти, удаляют семена, бланшируют.

Подготовленные овощи наполняют фаршем мясным с рисом, укладывают в один ряд на противень, посыпают сыром или сухарями, сбрызгивают жиром и запекают.

При подаче поливают соусом.

Фарш: вареное мясо пропускают через мясорубку, соединяют с пассерованным луком, готовым рассыпчатым рисом, добавляют соль, перец и перемешивают.

Соусы – томатный, сметанный, сметанный с томатом.

690. Голубцы с мясом и рисом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста свежая	—	—	218	174/160[1]	163	130/120[1]
Говядина (котлетное мясо)	—	—	164	121	110	81
Крупа рисовая	—	—	13	36[2]	11	30[2]
Лук репчатый	—	—	33	28	21	18
Маргарин столовый	—	—	10	10	5	5
Масса пассерованного лука с жиром	—	—	—	20	—	12
Масса фарша	—	—	—	175	—	120
Масса полуфабриката	—	—	—	335	—	240
Масса обжаренных голубцов	—	—	—	302	—	216
Соус №№ 863, 864	—	—	—	125	—	100
Выход	—	—	—	427	—	316

[1] В числителе – масса сырой капусты нетто, в знаменателе – масса вареной до полуготовности капусты.

[2] Масса рассыпчатого риса.

Кочаны белокочанной капусты кладут в горячую воду, предварительно вырезав из них кочерыгу, варят, периодически снимая с кочанов верхние сварившиеся листья. Их разравнивают, слегка отбивают. На лист капусты укладывают фарш и завертывают его, придавая изделию цилиндрическую форму. Голубцы кладут на смазанный жиром противень и обжаривают в жарочном шкафу, после чего заливают соусом и запекают. Отпускают вместе с соусом по 2 шт. на порцию.

Фарш: сырое мясо пропускают через мясорубку, добавляют мелко рубленный пассерованный лук, рассыпчатый рис, соль, перец и перемешивают.

Соусы – сметанный, сметанный с томатом.

БЛЮДА ИЗ МЯСНЫХ И МЯСО-РАСТИТЕЛЬНЫХ КОНСЕРВОВ

Для приготовления вторых горячих блюд используют мясные консервы («Мясо тушеное», «Говядина отварная» и др.), а также мясо-растительные консервы (фасоль, горох с говядиной, бараниной или свининой в бульоне или томатном соусе и др.).

Перед использованием банки обмывают теплой водой, открывают, слегка подогревают, выкладывают содержимое банки в другую посуду и прогревают до кипения. Разогретые консервы отпускают вместе с бульоном и гарниром или с гарниром и соусом. В последнем случае полученные из консервов жир и бульон используются для приготовления соуса.

В рецептурах в числителе указана масса мяса, в знаменателе – масса жира.

	I НЕТТО	II НЕТТО	III НЕТТО

691. Мясо отварное консервированное

	I	II	III
Консервы: «Говядина отварная в собственном соку»	—	75	50
в том числе масса мяса и жира	—	46,5/7,5	31/5
Гарнир №№ 744, 757, 759, 765, 769, 770	—	150	150
Выход	—	225	200

Прокипяченные консервы гарнируют и поливают бульоном.

Гарниры – каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, пюре из моркови или свеклы (1-й и 2-й варианты).

692. Мясо тушеное консервированное

	I	II	III
Консервы: «Говядина тушеная» (высшего сорта)	—	75	50
в том числе масса мяса и жира	—	36/6	24/4
или «Свинина тушеная»	—	75	50
в том числе масса мяса и жира	—	37/7	25/5
Гарнир №№ 744, 759, 769, 770, 773, 776	—	150	150
Выход	—	225	200

Консервы прогревают и отпускают вместе с бульоном.

Гарниры – каши рассыпчатые, пюре картофельное, пюре из моркови или свеклы (1-й и 2-й варианты), капуста тушеная, свекла тушеная.

693. Мясо тушеное консервированное с соусом

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Консервы: «Говядина тушеная» (высшего сорта)	—	—	—	75	—	50
или «Баранина тушеная» (высшего сорта)	—	—	—	75	—	50
в том числе масса мяса и жира	—	—	—	36/6	—	24/4
или «Свинина тушеная»	—	—	—	75	—	50
в том числе масса мяса и жира	—	—	—	37/7	—	25/5
Морковь	—	—	10	8	5	4
Лук репчатый	—	—	7	6	5	4
Петрушка (корень)	—	—	8	6	—	—
Томатное пюре	—	—	15	15	12	12
Мука пшеничная	—	—	5	5	4	4
Масса готового соуса	—	—	—	100	—	75

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Гарнир №№ 744, 759, 769, 770, 773, 776	—	—	—	150	—	150
Выход: говядина, баранина	—	—	—	286	—	249
свинина	—	—	—	287	—	250

Мясные консервы прогревают, отделяют бульон, который затем используют вместе с жиром для приготовления соуса красного. При отпуске мясо гарнируют и поливают соусом.

Гарниры те же, что и в предыдущей рецептуре.

694. Мясо с бобовыми консервированное

	I НЕТТО	II НЕТТО	III НЕТТО
Фасоль или горох с мясом	—	225	150
в том числе масса мяса и жира	—	34/6,8	23/4,5
Выход	—	225	150

Консервы выкладывают в посуду, прогревают и отпускают.

695. Картофельная запеканка с тушеным мясом консервированным

	БРУТТО	НЕТТО
Консервы: «Говядина тушеная» (высшего сорта)	—	75
или «Баранина тушеная» (высшего сорта)	—	75
в том числе масса мяса и жира	—	36/6
или «Свинина тушеная»	—	75
в том числе масса мяса и жира	—	37/7
Картофель	300	225/218
Масса вареного протертого картофеля	—	213
Лук репчатый	21	18
Масса лука пассерованного	—	9
Маргарин столовый	5	5
Сухари	5	5
Масса полуфабриката:		
с говядиной, бараниной	—	267
со свининой	—	268
Масса готовой запеканки:		
с говядиной, бараниной	—	227
со свининой	—	228
Морковь	5	4
Лук репчатый	5	4
Томатное пюре	12	12
Мука пшеничная	4	4
Масса готового соуса	—	75
Маргарин столовый	5	5
Выход: с жиром – говядина, баранина	—	232
свинина	—	233
с соусом – говядина, баранина	—	302
свинина	—	303

Консервы прогревают, отделяют мясо от жира и бульона.

Жир используют для пассерования лука и приготовления соуса красного основного. Запеканку приготовляют так же, как описано в рец. № 680.

Отпускают запеканку с жиром или соусом.

696. Солянка с консервированной тушеной говядиной, или бараниной, или свининой

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Консервы «Говядина тушеная» (высшего сорта)	—	—	—	75	—	50
или «Баранина тушеная» (высшего сорта)	—	—	—	75	—	50
в том числе масса мяса и жира	—	—	—	36/6	—	24/4
или «Свинина тушеная»	—	—	—	75	—	50
в том числе масса мяса и жира	—	—	—	37/7	—	25/5
Капуста тушеная № 773	—	—	—	200	—	200
Морковь	—	—	5	4	5	4
Лук репчатый	—	—	5	4	5	4
Петрушка (корень)	—	—	5	4	5	4
Томатное пюре	—	—	7	7	7	7
Мука пшеничная	—	—	3	3	3	3
Масса готового соуса	—	—	—	50	—	50
Огурцы соленые	—	—	58	35/30[1]	58	35/30[1]
Каперсы	—	—	30	15	20	10
Сухари	—	—	6	6	5	5
Маргарин столовый	—	—	4	4	3	3
Масса полуфабриката:						
из говядины, баранины	—	—	—	339	—	320
из свинины	—	—	—	340	—	321
Масса запеченной солянки:						
из говядины, баранины	—	—	—	271	—	256
из свинины	—	—	—	272	—	257
Плоды или ягоды маринованные	—	—	27	15	18	10
Лимон	—	—	9	8	6	5
Выход: с говядиной, бараниной	—	—	—	294	—	271
со свининой	—	—	—	295	—	272

[1] Масса огурцов припущенных (без кожицы и семян).

Солянку из консервов приготовляют так же, как и солянку сборную (рец. № 684), только мясные продукты заменяют консервированным мясом. Солянку можно приготовить и без маринованных плодов, ягод и лимона. Жир и бульон используются для приготовления соуса красного основного.

Содержание мяса и жира от массы нетто банки должно быть следующее:

Наименование	Наименование показателей	Нормы: без делений на сорга	Нормы: высший	Нормы: I сорт
1	2	3	4	5
Говядина отварная	содержание мяса и жира в %, не менее	72		

Продолжение

1	2	3	4	5
в собственном соку ГОСТ 5283-56	в том числе жира в %, не менее	10		
Говядина тушеная ГОСТ 5284-56	содержание мяса и жира в % к массе нетто, не менее		56,5	54
	в том числе жира в %, не менее:			
	при закладке жира-сырца		10,5	—
	при закладке жира топленого		8	8
Баранина тушеная ГОСТ 698-56	содержание мяса и жира в % к массе нетто, не менее		56,5	54
	в том числе жира в %, не менее:			
	при закладке жира-сырца		10,5	—
	при закладке жира топленого		8	8
Свинина тушеная ГОСТ 697-56	содержание мяса и жира в % к массе нетто, не менее	59		
	в том числе жира в %, не менее	9,5		
Фасоль, горох или чечевица с мясом ГОСТ 8687-65	содержание мяса в % не менее	15		
	содержание жира в %, не менее	3		

БЛЮДА ИЗ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ, ПЕРНАТОЙ ДИЧИ И КРОЛИКА

Для вторых блюд сельскохозяйственную птицу, пернатую дичь, кролика и изделия из них варят, припускают, жарят, тушат и запекают.

При изготовлении блюд из кур, гусей и уток I категории жир для жаренья и поливки, предусмотренный рецептурой, не расходуется; при отпуске блюда поливают вместо масла сливочного или маргарина жиром и соком, выделившимся при жаренье.

Указанные в рецептурах нормы пернатой дичи в штуках – 1, 1/2, 1/4, 1/5 и т. д. даны из расчета выхода готового изделия примерно 125, 100 и 75 г, исходя из средней массы дичи (табл. 24 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из пернатой дичи»).

В помещенных ниже рецептурах указаны соусы и гарниры, хорошо сочетающиеся по вкусовым качествам с основным продуктом блюда. Изделия можно отпускать с другими соусами и гарнирами, не предусмотренными в рецептуре, но имеющимися в соответствующих разделах Сборника.

На гарнир дополнительно можно подавать огурцы, помидоры, яблоки, ягоды, маринованные овощи и фрукты в количестве 50–75 г (нетто) на порцию.

Часть хлеба (2–3 г), предусмотренного для панировки котлет натуральных из птицы, дичи или кролика, можно заменить мукой пшеничной.

Норма расхода соли, специй и зелени в рецептурах не указана, их следует вводить в следующем количестве: соли и зелени петрушки или укропа 3–5 г (нетто), перца – 0,05 г и лаврового листа – 0,02 г на порцию.

697. Птица, дичь или кролик отварные с гарниром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	260	179	208	143	155	107
или цыпленок	230	161	184	129	139	97
» бройлер-цыпленок	218	157	175	126	131	94
» индейка	234	172	186	137	140	103
» гусь	261	172	208	137	156	103
» утка	266	172	212	137	159	103
» фазан (шт.)	1/3	1/3	1/4	1/4	1/6	1/6
» кролик	179	170	143	136	107	102
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	5	4	4	3	—	—
или сельдерей (корень)	6	4	4	3	—	—
Масса вареной птицы или кролика	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 744, 747, 748, 750, 757, 759, 765, 773, 787, 799	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 844, 845	—	75	—	75	—	50
Выход: птицы, кролика	—	350	—	325	—	275
фазана	—	1/3 шт. +225	—	1/4 шт. +225	—	1/6 шт. +200

Обработанные тушки птицы перед варкой формуют, т. е. придают им компактную форму (с. 525). Дичь заправляют в одну нитку. При этом тушку кладут на стол спинкой вниз, придерживают ее левой рукой, а правой пропускают через окорочка поварскую иглу с ниткой. Затем иглу с ниткой переносят под тушку в первоначальное положение, вторично пропускают ее под конец выступа филейной части, прижимают ножки к тушке и завязывают нитку на спинке узлом.

Подготовленные тушки птицы, дичи или кролика кладут в горячую воду (2–2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанные коренья, лук, соль, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и по мере спроса нарубают на порции.

Отпускают птицу по 2 кусочка (филе и окорочек) на порцию. Кроликов нарубают на 4–6 и более частей в зависимости от величины тушек и нормы выхода порции.

При порционировании птицы, особенно крупной (кур, бройлеров-цыплят, индеек, гусей, уток), можно вырубить спинную кость. Для этого птицу разрубают вдоль на две части так, чтобы одна половина получилась без спинной кости. Затем от второй половины отрубают спинную кость и порционируют. Норма отходов при разрубе указана в табл. 23 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из птицы сельскохозяйственной».

Нарубленные порции птицы, дичи или кролика заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят на мармите в закрытой посуде. Бульон, оставшийся после варки продуктов, используют для приготовления супа, соуса или гарнира (рассыпчатой рисовой каши).

При отпуске отварную птицу, кролика или фазана гарнируют и поливают соусом или подают натуральными без соуса.

Гарниры – каша рассыпчатая, рис отварной или припущенный, зеленый горошек отварной, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, сложный гарнир.

Для отварных гусей и уток – капуста тушеная, яблоки печеные и др.

Соусы – паровой, белый с яйцом, для гусей и уток – красный основной.

698. Птица или дичь под паровым соусом с грибами и рисом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	260	179	208	143	155	107
или цыпленок	230	161	184	129	139	97
» бройлер-цыпленок	218	157	175	126	131	94
» индейка	234	172	186	137	140	103
» фазан (шт.)	1/3	1/3	1/4	1/4	1/6	1/6
Масло сливочное	3	3	2	2	1	1
Масса вареной или припущенной птицы	—	125	—	100	—	75
Грибы белые свежие	53	40	43	33	26	20
или грибы белые сушеные	15	15	12,5	12,5	7,5	7,5
» шампиньоны свежие	66	50	55	42	33	25
Масса готовых грибов	—	30	—	25	—	15
Гарнир №№ 747, 748	—	150	—	150	—	150
Соус № 844	—	100	—	75	—	75
Выход: птицы	—	405	—	350	—	315
фазана	—	1/3 шт. +280	—	1/4 шт. +250	—	1/6 шт. +240

Кур, цыплят, бройлеров-цыплят, фазанов припускают. Индеек отваривают. Готовую птицу рубят на порции, бульон используют для изготовления соуса.

Подготовленные белые свежие грибы отваривают в воде (25–30 мин), тщательно промытые сушеные грибы замачивают в течение 3–4 ч, затем в этой же воде варят 1,5–2 ч. При использовании свежих шампиньонов их припускают. Отвар используют при припускании птицы.

При отпуске птицу гарнируют, сверху на нее кладут нарезанные готовые грибы и поливают паровым соусом. Гарнир – рис отварной или припущенный.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

699. Птица или дичь в соусе красном с эстрагоном

Курица	260	179	208	143	155	107
или цыпленок	230	161	184	129	139	97
» бройлер-цыпленок	218	157	175	126	131	94
» индейка	234	172	186	137	140	103
» фазан (шт.)	1/3	1/3	1/4	1/4	1/6	1/6
Масло сливочное	3	3	2	2	1	1
Масса припущенной птицы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 747, 748, 757, 759, 765	—	150	—	150	—	150
Соус № 835	-	100	—	75	—	75
Выход: птицы	—	375	—	325	—	300
фазана	—	1/3 шт. +250	—	1/4 шт. +225	—	1/6 шт. +225

Птицу и дичь приготавливают так же, как в рец. № 698. При отпуске поливают соусом красным с эстрагоном.

Гарниры – рис отварной или припущенный, картофель отварной, картофельное пюре, овощи отварные с жиром.

700. Котлеты натуральные из филе птицы или дичи под соусом паровым с грибами

Курица	381	137	286	103	—	—
или бройлер-цыпленок	442	137	332	103	—	—
» фазан	1/4 шт.	114	1/5 шт.	85	—	—
» рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	114	1/2 шт.	85	—	—
» куропатка белая	1/2 шт.	114	1/3 шт.	85	—	—
Кислота лимонная	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Масло сливочное	7	7	5	5	—	—
Масса припущенной котлеты	—	100	—	75	—	—
Грибы белые свежие	26	20	—	—	—	—
или грибы белые сушеные	7,5	7,5	—	—	—	—
» шампиньоны свежие	33	25	—	—	—	—
Масса готовых грибов	—	15	—	—	—	—
Гренки № 1107	—	15	—	15	—	—
Гарнир №№ 747, 748, 757, 765	—	100	—	100	—	—
Соус №№ 844, 845	—	100	—	75	—	—
Выход	—	330	—	265	—	—

Филе птицы или дичи зачищают. Для этого отделяют внутренний мускул (малое филе) от наружного (большое филе). Из малого филе удаляют сухожилия, а из большого – остаток ключицы. Зачищенное большое филе смачивают холодной водой, кладут на доску и острым влажным ножом срезают с него поверхностную пленку. Большое филе надрезают с внутренней стороны в продольном направлении, слегка развертывают, перерезают в двух-трех местах сухожилия и вкладывают в надрез малое филе, которое покрывают развернутой частью большого филе.

Подготовленные котлеты кладут в посуду с растопленным сливочным маслом, добавляют соль, лимонную кислоту, заливают наполовину бульоном и припускают под крышкой 12–15 мин.

Грибы готовят, как указано в рец. № 698.

При отпуске котлету кладут на гренок, сверху укладывают нарезанные ломтиками грибы

и поливают соусом паровым или белым с яйцом, которые приготовляют на бульоне, полученном после припускания котлет.

Гарниры – рис отварной или припущенный, картофель отварной, овощи отварные с жиром.

701. Сациви из курицы или индейки (птица в ореховом соусе) (грузинское национальное блюдо)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	325	224	216	149	—	—
или индейка	288	212	192	141	—	—
Масса готовой птицы	—	150	—	100	—	—
На соус:						
Орехи грецкие	67	30	44	20	—	—
Масло сливочное	12	12	10	10	—	—
Лук репчатый	30	25	19	16	—	—
Мука пшеничная	3	3	2	2	—	—
Яйца (желток)	1/2 шт.	8	1/3 шт.	5,3	—	—
Чеснок	3	2,3	2	1,6	—	—
Уксус 3%-ный	10	10	7	7	—	—
Гвоздика	0,2	0,2	0,15	0,15	—	—
Корица	0,2	0,2	0,15	0,15	—	—
Перец красный молотый	0,5	0,5	0,3	0,3	—	—
Шафран	0,05	0,05	0,03	0,03	—	—
Уцхо-сунели (сушеная зелень для сациви)	0,2	0,2	0,15	0,15	—	—
Бульон куриный	100	100	70	70	—	—
Масса соуса	—	150	—	100	—	—
Выход	—	300	—	200	—	—

Подготовленную тушку курицы или индейки отваривают до полуготовности, жарят в жарочном шкафу и рубят на порционные куски (по 2 кусочка – филе и окорочек – на порцию).

Для соуса: мелко нарезанный лук пассеруют на масле, добавляют муку и разводят бульоном. Орехи измельчают, добавляют толченый чеснок, соль, шафран, перец, корицу, гвоздику, разводят небольшим количеством бульона и вводят эту массу в кипящий бульон с луком. Затем все протирают, добавляют прокипяченный уксус, уцхо-сунели и варят в течение 5 мин. Яичные желтки растирают в небольшом количестве охлажденного до 50°С соуса сациви, затем постепенно вводят их в горячий соус при непрерывном помешивании.

Порционные куски птицы заливают горячим соусом сациви и охлаждают. Подают вместе с соусом в холодном виде.

702. Рагу из птицы, дичи, кролика или субпродуктов

Курица	265	181	213	145	160	109
или цыпленок	261	181	209	145	157	109
» бройлер-цыпленок	240	171	192	137	145	103
» утка	300	192	240	154	180	115
» индейка	235	171	188	137	142	103
» гусь	318	208	256	167	191	125
» фазан	1/3 шт.	181	1/4 шт.	145	1/8 шт.	109
» кролик	176	167	140	133	105	100
» субпродукты птицы[1]	—	156	—	125	—	94
Маргарин столовый	5	5	4	4	3	3

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса жареной птицы, дичи, кролика или субпродуктов	—	125	—	100	—	75
Картофель	133	100	193	145	213	160
Морковь	44	35	25	20	44	35
Репа	33	25	27	20	—	—
Петрушка (корень)	20	15	13	10	—	—
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Лук репчатый	42	35	30	25	24	20
Маргарин столовый	10	10	8	8	7	7
Мука пшеничная	3	3	3	3	3	3
Масса гарнира и соуса	—	250	—	250	—	250
Выход	—	375	—	350	—	325

[1] Желудки и сердца-50%, шеи и крылья-50%.

Подготовленные тушки птицы и кролика, нарубленные на куски по 40–50 г, или обработанные субпродукты птицы (мелкие-целиком, а крупные-разрубленные на 2–3 части) обжаривают до образования поджаристой корочки. Затем подготовленные продукты заливают горячим бульоном или водой в количестве 20–30% от массы набора продуктов, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 30–40 мин. Бульон, оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус красный основной (рец. № 824), которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют обжаренные нарезанные кубиками картофель, морковь, репу (предварительно бланшированную), петрушку, лук и тушат 15–20 мин. Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром.

703. Птица или кролик, тушенные в соусе

Курица	271	187	216	149	163	112
или цыпленок	267	187	213	149	160	112
» бройлер-цыпленок	246	177	196	141	147	106
» утка	306	198	246	159	184	119
» индейка	241	177	192	141	144	106
» гусь	326	215	261	172	195	129
» кролик	179	170	143	136	107	102
Маргарин столовый	5	5	4	4	3	3
Масса жареной птицы или кролика	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 747, 748, 757, 759, 761	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 826, 827	—	125	—	100	—	75
Выход	—	400	—	350	—	300

Подготовленные тушки птицы (с. 525) или кролика жарят, разрубают на порционные куски, заливают соусом и тушат 15–20 мин. При отпуске гарнируют и поливают соусом, в котором тушилась птица или кролик.

Гарниры-рис отварной или припущенный, картофель отварной, картофельное пюре, картофель жареный (из сырого).

Соусы-красный основной, красный с вином, луковый.

704. Дичь, тушенная в соусе

Тетерев (шт.)	1/4	1/4	1/5	1/5	1/6	1/6
или рябчик, или куропатка серая (шт.)	1	1	1/2	1/2	1/2	1/2
или глухарь (шт.)	1/6	1/6	1/8	1/8	1/10	1/10
» куропатка белая (шт.)	1/2	1/2	1/3	1/3	1/3	1/3
» фазан (шт.)	1/3	1/3	1/4	1/4	1/6	1/6

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Маргарин столовый	7	7	5	5	4	4
Гарнир №№ 757, 761, 765, 773	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 826	—	75	—	50	—	50

Подготовленную дичь (с. 337) обжаривают, нарубают на порции, заливают соусом и тушат 10–15 мин. При отпуске дичь гарнируют и поливают соусом, в котором она тушилась.

Гарниры – картофель отварной, картофель жарёный (из сырого), овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

Соусы – красный основной, красный с вином.

705. Плов из птицы, дичи или кролика (1-й вариант)

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Курица	265	181	213	145	—	—
или цыпленок	261	181	209	145	—	—
» бройлер-цыпленок	240	171	192	137	—	—
» индейка	235	171	188	137	—	—
» утка	300	192	240	154	—	—
» гусь	318	208	256	167	—	—
» фазан	1/3 шт.	181	1/4 шт.	145	—	—
» рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	167	2/3 шт.	133	—	—
» кролик	176	167	140	133	—	—
Маргарин столовый	20	20	15	15	—	—
Лук репчатый	24	20	18	15	—	—
Морковь	25	20	19	15	—	—
Томатное пюре	10	10	10	10	—	—
Крупа рисовая	65	65	70	70	—	—
Масса тушеной птицы или кролика	—	125	—	100	—	—
Масса готового риса с овощами	—	200	—	200	—	—
Выход	—	325	—	300	—	—

Птицу, дичь или кролика рубят на порции (по одному куску), обжаривают до образования корочки, посыпают солью, перцем, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть (жидкость наливают из расчета нормы воды для приготовления рассыпчатой каши), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 40–50 мин в жарочный шкаф.

706. Плов из птицы, дичи или кролика (2-й вариант)

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Курица	265	181	213	145	160	109
или цыпленок	261	181	209	145	157	109
» бройлер-цыпленок	240	171	192	137	145	103
» индейка	235	171	188	137	142	103
» утка	300	192	240	154	180	115
» гусь	318	208	256	167	191	125
» фазан	1/3 шт.	181	1/4 шт.	145	1/5 шт.	109
» рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	167	2/3 шт.	133	1/3 шт.	100
» кролик	176	167	140	133	105	100
Маргарин столовый	20	20	15	15	10	10
Томатное пюре	20	20	15	15	10	10

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Лук репчатый	24	20	18	15	12	10
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Бульон или вода	140	140	110	110	100	100
Крупа рисовая	50	50	50	50	50	50
или перловая	47	47	47	47	47	47
» пшеничная	56	56	56	56	56	56
Масса тушеной птицы	—	125	—	100	—	75
Масса готовой каши	—	140	—	140	—	140
Масса соуса	—	100	—	75	—	75
Выход	—	365	—	315	–	290

Птицу, дичь или кролика приготовляют так же, как в рец. № 702. Рассыпчатую кашу варят отдельно (с. 181). При отпуске на рассыпчатую кашу кладут мясо птицы, дичи или кролика и поливают соусом, в котором оно тушилось. Можно приготовить плов без томатного пюре.

707. Дичь тушеная с рисом

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Рябчик или куропатка серая (шт.)	1	1	1/2	1/2	—	—
Крупа рисовая	50	50	50	50	—	—
Томатное пюре	10	10	10	10	—	—
Масло сливочное	25	25	20	20	—	—
Сыр	11	10	11	10	—	—
Масса готового риса	—	150	—	150	—	—
Грибы белые свежие	36	27	26	20	—	—
или грибы белые сушеные	10	10	7,5	7,5	—	—
» шампиньоны свежие	38	29	28	21	—	—
Масса готовых грибов	—	20	—	15	—	—
Соус № 824	—	75	—	50	—	—
Выход	—	1 шт. +245	—	1/2 шт. +215	—	—

Обжаренную дичь рубят по 2–3 куска на порцию, добавляют нарезанные ломтиками вареные грибы, заливают соусом красным основным и тушат до готовности. Рис, припущенный с томатом (рец. № 749), смешивают с тертым сыром. При отпуске рис кладут в форму и выкладывают на блюдо, сверху кладут дичь, грибы и поливают соусом, в котором она тушилась. Можно готовить блюдо без томатного пюре.

708. Гусь, утка по-домашнему

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Гусь	318	208	256	167	191	125
или утка	300	192	240	154	180	115
Лук репчатый	24	20	24	20	18	15
Картофель	213	160	213	160	213	160
Маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
Бульон или вода	100	100	110	110	130	130
Масса тушеной птицы	—	125	—	100	—	75
Масса гарнира	—	250	—	250	—	250
Выход	—	375	—	350	—	325

Подготовленные тушки птицы рубят на куски, обжаривают, закладывают в горшочек, добавляют сырой картофель, нарезанный дольками, пассерованный нашинкованный лук, лавровый лист, перец, соль. Затем заливают бульоном или водой так, чтобы продукт был покрыт жидкостью, и тушат в жарочном шкафу до готовности (45–60 мин). Отпускают блюдо в горшочках, в которых его приготовляют.

709. Птица или кролик, тушенные в соусе с овощами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	271	187	216	149	163	112
или цыпленок	267	187	213	149	160	112
» бройлер-цыпленок	246	177	196	141	147	106
» индейка	241	177	192	141	144	106
» утка	306	198	246	159	184	119
» гусь	326	215	261	172	195	129
» кролик	179	170	143	136	107	102
Маргарин столовый	15	15	12	12	10	10
Картофель	133	100	133	100	193	145
Морковь	38	30	38	30	75	60
Репа	20	15	20	15	—	—
Петрушка (корень)	7	5	7	5	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	42	35
Горошек зеленый консервированный	15	10	15	10	15	10
или фасоль овощная свежая (лопатка)	11	10	11	10	11	10
Соус № 824	—	125	—	125	—	125
Масса жареной птицы или кролика	—	125	—	100	—	75
Масса гарнира и соуса	—	250	—	250	—	300
Выход	—	375	—	350	—	375

Жареную птицу или кролика рубят на порции, добавляют нарезанные дольками обжаренный картофель, пассерованные морковь, петрушку, лук, репу (предварительно бланшированную), заливают красным основным соусом и тушат 20–30 мин. За 5–10 мин до готовности добавляют зеленый горошек или нарезанные стручки фасоли.

Тушеную птицу или кролика отпускают с овощами и соусом, в котором они тушились. Блюдо можно готовить без репы, соответственно уменьшив выход. Это блюдо готовят и в порционных горшочках.

710. Птица, тушенная в соусе красном с эстрагоном

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	271	187	216	149	—	—
или цыпленок	267	187	213	149	—	—
» бройлер-цыпленок	246	177	196	141	—	—
» индейка	241	177	192	141	—	—
Грудинка копченая (без шкуры и костей)	26	20	13	10	—	—
Маргарин столовый	15	15	12	12	—	—
Картофель	133	100	133	100	—	—
Лук севок	31	25	31	25	—	—
Грибы белые свежие	36	27	36	27	—	—
или грибы белые сушеные	10	10	10	10	—	—
» шампиньоны свежие	43	33	43	33	—	—
Масса готовых грибов	—	20	—	20	—	—
Маслины	15	15	15	15	—	—
Соус № 835	—	125	—	125	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса жареной птицы	—	125	—	100	—	—
Масса гарнира с соусом	—	250	—	250	—	—
Помидоры свежие	47	40	47	40	—	—
Чеснок	1	0,8	1	0,8	—	—
Выход	—	415	—	390	—	—

Подготовленные тушки птицы жарят, рубят на порции, кладут в порционную посуду (горшочек), добавляют копченую грудинку, нарезанные дольками готовые грибы (рец. № 698), маслины, нарезанные дольками и обжаренные лук и картофель, заливают соусом красным с эстрагоном и тушат 10–15 мин до готовности. Подают в той же посуде. При отпуске сверху кладут помидоры, нарезанные половинками, посыпают мелко нарубленным чесноком и зеленью петрушки. Блюдо можно отпускать без помидоров, соответственно уменьшив выход.

711. Чахохбили (грузинское национальное блюдо)

Курица	318	217	213	145	—	—
Маргарин столовый	20	20	15	15	—	—
Масса жареной курицы	—	150	—	100	—	—
Лук репчатый	150	126	150	126	—	—
Масса лука пассерованного	—	63	—	63	—	—
Помидоры свежие	71	60	71	60	—	—
или томатное пюре	28	28	28	28	—	—
Мука пшеничная	2	2	2	2	—	—
Бульон или вода	50	50	50	50	—	—
Уксус 3%-ный	10	10	10	10	—	—
Чеснок	4	3	4	3	—	—
Кориандр (кинза), базилик (зелень)	15	11	15	11	—	—
Выход	—	300	—	250	—	—

Порционные куски курицы обжаривают, добавляют нарезанный кольцами пассерованный репчатый лук, мелко нарезанные помидоры, сухую мучную пассеровку, бульон или воду, уксус, зелень кинзы и базилика, толченый чеснок, перец черный, соль и тушат до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушилась курица. Чахохбили можно готовить и из других видов птицы.

712. Птица или кролик жареные

Курица	271	187	216	149	163	112
или цыпленок	267	187	213	149	160	112
» бройлер-цыпленок	246	177	196	141	147	106
» индейка	241	177	192	141	144	106
» утка	306	198	246	159	184	119
» гусь	326	215	261	172	195	129
» кролик	179	170	143	136	107	102
Сметана	5	5	3	3	2	2
Маргарин столовый	6	6	5	5	4	4
Масса жареной птицы или кролика	—	125	—	100	—	75
Масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Гарнир №№ 744, 747, 748, 750, 761, 773, 787, 804	—	150	—	150	—	150
Выход	—	285	—	257	—	230

Подготовленные тушки птицы и кроликов солят, смазывают сметаной, кладут на противень или сковороду с жиром, разогретым до температуры 150–160°С, и обжаривают на плите до образования поджаристой корочки по всей поверхности тушки.

После обжаривания на плите тушки доводят до полной готовности в жарочном шкафу.

Тушки крупной птицы (индеек, гусей, уток) солят, кладут на противни спинкой вниз, поливают растопленным жиром и ставят в жарочный шкаф.

Во время жаренья птицы в жарочном шкафу тушки периодически переворачивают и поливают жиром и соком, выделившимся при жаренье.

Взрослых кур, гусей, уток и индеек перед жареньем рекомендуется предварительно отваривать до полуготовности.

На порции птицу и кролика рубят непосредственно перед подачей по 2 куска (филе и окорочек). При порционировании жареной птицы, особенно крупной (кур, индеек, гусей и уток), можно вырубить спинную кость (с. 338).

При отпуске жареные птицу и кролика гарнируют, поливают мясным соком (с. 274) и сливочным маслом. Можно отпускать и без масла сливочного, соответственно уменьшив выход блюда.

Гарниры – гречневая каша, рис отварной или припущенный, горошек зеленый отварной, картофель жареный (из сырого), капуста тушеная, яблоки печеные, сложный гарнир. Дополнительно на гарнир подают зеленые салаты, салаты из свежих огурцов, красной капусты в количестве 50–75 г (нетто) на порцию. Салаты подают отдельно.

Жареных гуся и утку лучше всего подавать с капустой тушеной, яблоками печеными или гречневой кашей.

713. Гусь, утка фаршированные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Гусь	326	215	261	172	195	129
или утка	306	198	246	159	184	119
Маргарин столовый	6	6	5	5	4	4
Картофель	207	155	207	155	207	155
или чернослив	133	150[1]	133	150[1]	133	150[1]
» яблоки	250	175	250	175	250	175
Сахар[2]	5	5	5	5	5	5
Масса фарша	—	150	—	150	—	150
Масса жареного изделия	—	275	—	250	—	225
Масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Выход	—	285	—	257	—	230

[1] Масса вареного чернослива без косточки.

[2] При фаршировании картофелем сахар не используется.

Обработанную тушку гуся или утки фаршируют картофелем, или черносливом, или яблоками и жарят в жарочном шкафу 45–60 мин. Для начинки подбирают клубни картофеля среднего размера или обтачивают их и слегка обжаривают; яблоки очищают от кожицы, удаляют семенное гнездо, нарезают дольками и посыпают сахаром; предварительно замоченный чернослив с удаленной косточкой посыпают сахаром. При отпуске фаршированную птицу рубят на порции, укладывают на блюдо вместе с начинкой и поливают соком, выделившимся при жаренье, и растопленным сливочным маслом.

714. Дичь жареная

	I		II		III	
Рябчик или куропатка серая (шт.)	1	1	1/2	1/2	1/2	1/2
или куропатка белая (шт.)	1/2	1/2	1/3	1/3	1/3	1/3
» тетерев (шт.)	1/4	1/4	1/5	1/5	1/6	1/6
» фазан (шт.)	1/3	1/3	1/4	1/4	1/6	1/6
» глухарь (шт.)	1/6	1/6	1/8	1/8	1/10	1/10
Маргарин столовый или жир животный топленый пищевой	6	6	5	5	4	4
Масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Гарнир №№ 744, 747, 748, 750, 761, 773, 787, 804	—	150	—	150	—	150

Дичь приготовляют так же, как и птицу жареную (рец. № 712), и отпускают с теми же гарнирами.

Для улучшения вкусовых качеств тетеревов, глухарей и белых куропаток можно перед жареньем шпиговать свежим шпиком (15–16 г нетто на порцию).

715. Дичь жареная в соусе сметанном

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Рябчик или куропатка серая (шт.)	1	1	1/2	1/2	1/2	1/2
или куропатка белая (шт.)	1/2	1/2	1/3	1/3	1/3	1/3
» тетерев (шт.)	1/4	1/4	1/5	1/5	1/6	1/6
» фазан (шт.)	1/3	1/3	1/4	1/4	1/6	1/6
» глухарь (шт.)	1/6	1/6	1/8	1/8	1/10	1/10
Маргарин столовый или жир животный топленый пищевой	6	6	5	5	4	4
Гарнир № 761	—	150	—	150	—	150
Соус № 863	—	100	—	75	—	75

Жареную дичь рубят на порционные куски, заливают соусом сметанным и прогревают на плите 5–7 мин. При отпуске дичь гарнируют жареным картофелем и поливают соусом сметанным.

716. Птица или кролик жареные с соусом томатным с грибами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	271	187	216	149	163	112
или цыпленок	267	187	213	149	160	112
» бройлер-цыпленок	246	177	196	141	147	106
» индейка	241	177	192	141	144	106
» гусь	326	215	261	172	195	129
» утка	306	198	246	159	184	119
» кролик	179	170	143	136	107	102
Маргарин столовый или жир животный топленый пищевой	6	6	5	5	4	4
Масса жареной птицы	—	125	—	100	—	75
Чеснок	1	0,8	1	0,8	1	0,8
Гарнир №№ 748, 749, 761, 785	—	150	—	150	—	150
Соус № 849	—	100	—	100	—	75
Выход	—	375	—	350	—	300

Жареную птицу и кролика нарубают на порции. При отпуске гарнируют, поливают соусом томатным с грибами и посыпают мелко рубленным чесноком, смешанным с зеленью петрушки.

Гарниры – рис припущенный; рис припущенный с томатом; картофель жареный; кабачки, баклажаны жареные.

717. Котлеты натуральные из филе птицы, дичи или кролика с гарниром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица[1]	289	104	192	69	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или бройлер-цыпленок[1]	335	104	223	69	—	—
» фазан	1/5 шт.	85	1/8 шт.	57	—	—
» рябчик или куропатка серая	1/2 шт.	85	1/3 шт.	57	—	—
» глухарь	1/10 шт.	85	1/16 шт.	57	—	—
» тетерев	1/6 шт.	85	1/8 шт.	57	—	—
» куропатка белая	1/3 шт.	85	1/4 шт.	57	—	—
» кролик	134	94	90	63	—	—
Масло сливочное	8	8	5	5	—	—
Масса жареной котлеты	—	75	—	50	—	—
Гренки № 1107	—	20	—	20	—	—
Масло сливочное	7	7	5	5	—	—
Гарнир №№ 761, 804, 805	—	150	—	150	—	—
Выход	—	252	—	225	—	—

[1]Мякоть без кожи.

Подготовленное филе птицы или дичи (рец. № 700) или мякоть кролика жарят на масле непосредственно перед подачей. При отпуске котлеты кладут на гренок, гарнируют и поливают маслом.

Гарниры – картофель жареный (из сырого), сложный гарнир.

718. Котлеты из филе птицы, дичи или кролика, фаршированные соусом молочным с грибами

	БРУТТО	НЕТТО
Курица[1]	231	83 + 7[2]
или филе куриное (полуфабрикат)	—	83 + 7[2]
» бройлер-цыпленок[1]	258	80
» фазан	1/5 шт	80
» рябчик или куропатка серая	1/2 шт	80
» глухарь	1/10 шт	80
» кролик	114	80
Фарш:		
Масло сливочное	3	3
Мука пшеничная	5	5
Молоко	30	30
Грибы белые свежие	17	10[3]
или грибы белые сушеные	5	10[3]
» шампиньоны свежие	18	10[3]
Масса фарша	—	40
Яйца	1/4 шт.	10
Хлеб пшеничный	22	20
Масса полуфабриката из филе кур	—	151 + 7[2]
Масса полуфабриката из филе бройлеров-цыплят, дичи или мякоти кролика	—	148
Кулинарный жир	15	15
Масса жареной котлеты из кур	—	133 + 7[2]
То же из бройлеров-цыплят, дичи или из кролика	—	130

	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное	10	10
Гарнир №№ 750, 762, 797, 805	—	100
Соус № 826	—	50
Выход: котлет из кур	—	293 + 7[2]
» из бройлеров-цыплят, дичи и кролика		290

[1] Мякоть без кожи.
[2] Масса косточки.
[3] Масса вареных грибов.

Подготовленное филе птицы, дичи (рец. № 700) и мякоть, снятую с окорочков кролика, фаршируют густым молочным соусом, смешанным с рубленными вареными грибами, панируют дважды в белой панировке, жарят во фритюре 5–7 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске котлету гарнируют и поливают сливочным маслом; соус подают отдельно. Подавать котлеты можно на гренках (рец. № 1107).

Блюдо можно отпускать и без соуса.

Гарниры – горошек зеленый отварной; картофель, жаренный во фритюре; сложный гарнир. Соус – красный с вином.

719. Котлеты из филе птицы или дичи, фаршированные печенью

Курица[1]	231	83 + 7[2]
или филе куриное (полуфабрикат)	—	83 + 7[2]
» бройлер-цыпленок[1]	258	80
» фазан	1/5 шт.	80
» рябчик или куропатка серая	1/2 шт.	80
» глухарь	1/10 шт.	80
Фарш:		
Печень говяжья	53	44
Масса готовой печени	—	30
Лук репчатый	4	3
Морковь	4	3
Петрушка (корень)	3	2
Шпик	10,4	10
Вино (мадера)	3	3
Масса фарша	—	40
Хлеб пшеничный	22	20
Яйца	1/4 шт.	10
Масса полуфабриката из филе кур	—	151 + 7[2]
Масса полуфабриката из филе бройлеров-цыплят или дичи	—	148
Кулинарный жир	15	15
Масса жареной котлеты из кур	—	133+7[2]
То же из дичи или бройлеров-цыплят	—	130
Масло сливочное	10	10
Гарнир №№ 750, 762, 800, 805	—	100
Соус № 826	—	50
Выход: котлеты из кур	—	293 + 7[2]
« из дичи или бройлеров-цыплят	—	290

[1] Мякоть без кожи.
[2] Масса косточки.

Подготовленное филе (рец. № 700) начиняют фаршем, смачивают в яйцах, дважды панируют в белой панировке, жарят во фритюре 5–7 мин и доводят до полной готовности в жарочном шкафу.

Для фарша: морковь, лук, петрушку, нарезанные ломтиками, обжаривают со шпиком до полуготовности, добавляют нарезанную мелкими кусочками печень и все жарят до готовности. В готовую печень добавляют вино и после остывания пропускают три-четыре раза через мясорубку с мелкой решеткой. Вместо говяжьей печени можно использовать печень куриную.

При отпуске котлеты гарнируют, поливают маслом. Соус подают отдельно. Блюдо можно отпускать и без соуса.

Гарниры–горошек зеленый отварной; картофель, жаренный во фритюре; сложный гарнир. Соус красный с вином.

Гарнир можно подавать в корзиночках (рец. № 1114).

720. Котлеты по-киевски

	БРУТТО	НЕТТО
Курица[1]	231	$83+7^2$
или филе куриное (полуфабрикат)	—	$83+7^2$
Масло сливочное	30	30
Яйца	1/4 шт.	10
Хлеб пшеничный	28	25
Масса полуфабриката	—	$145+7^2$
Кулинарный жир	15	15
Масса жареных котлет	—	$128+7^2$
Гарнир №№ 750, 762, 797, 805	—	150
Масло сливочное	10	10
Выход	—	$288+7^2$

[1] Мякоть без кожи.
[2] Масса косточки.

Подготовленное филе кур (рец. № 700) фаршируют сливочным маслом, смачивают в яйцах, панируют дважды в белой панировке и жарят во фритюре 5–7 мин до образования поджаристой корочки. Доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске котлеты гарнируют и поливают сливочным маслом. Котлеты можно подавать на гренках (рец. № 1107).

Гарниры–горошек зеленый отварной; картофель, жаренный во фритюре; сложный гарнир.

721. Котлеты из филе птицы или дичи панированные жареные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	261	94	192	69	—	—
или бройлер-цыпленок	303	94	223	69	—	—
» фазан	1/4 шт.	94	1/6 шт.	69	—	—
» рябчик или куропатка серая	2/3 шт.	94	1/2 шт.	69	—	—
» глухарь	1/8 шт.	94	1/12 шт.	69	—	—
Хлеб пшеничный	22	20	17	15	—	—
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6	—	—
Масса полуфабриката	—	114	—	85	—	—
Масло сливочное	10	10	10	10	—	—
Масса жареного филе	—	100	—	75	—	—
Масло сливочное	10	10	5	5	—	—
Гарнир №№ 750, 761, 797, 800	—	150	—	150	—	—
Выход	—	260	—	230	—	—

Филе, зачищенное от пленок и сухожилий, смачивают в яйцах, панируют в белой панировке и жарят. При отпуске гарнируют и поливают сливочным маслом.

Гарниры–горошек зеленый отварной, картофель жареный (из сырого), сложный гарнир. Гарнир к этому блюду можно подавать в корзиночках (рец. № 1114).

	БРУТТО	НЕТТО
722. Птица, дичь или кролик по-столичному		
Курица[1]	272	98
или бройлер-цыпленок[1]	316	98
» фазан	1/4 шт.	98
» кролик	146	102
Хлеб пшеничный	37	33
Яйца	1/2 шт.	20
Масса полуфабриката из птицы	—	148
То же из кролика	—	153
Масло сливочное	20	20
Масса жареного филе	—	130
Масло сливочное	10	10
Гарнир №№ 750, 762, 797, 800	—	150
Выход	—	290

[1]Мякоть без кожи.

Зачищенное филе птицы (без косточки), мякоть задних ножек или спинной части кролика слегка отбивают, смачивают в яйцах, панируют в белом хлебе, нарезанном соломкой, и жарят 12–15 мин непосредственно перед подачей.

При отпуске на филе кладут масло; дополнительно можно положить консервированные фрукты (50 г), соответственно увеличив выход блюда.

Гарниры – горошек зеленый отварной; картофель, жаренный во фритюре; сложный гарнир. Гарнир можно подавать в корзиночках (рец. № 1114).

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
723. Кролик на вертеле						
Кролик	176	167	140	133	—	—
Лук репчатый	30	25	24	20	—	—
Уксус 3%-ный	15	15	10	10	—	—
Масса жареного кролика	—	125[1]	—	100[1]		—
Масло сливочное	10	10	7	7	—	—
Гарнир №№ 747, 748	—	150	—	150	—	—
Соус Южный или соус Острый	15	15	10	10	-	—
Выход	—	300	—	267	-	-

[1]Выход указан с костью.

Спинную часть кролика рубят на куски по 40–50 г, маринуют так же, как и шашлык из баранины (рец. № 600). Подготовленные куски кролика надевают на вертел или шпажку и жарят на открытом огне.

При отпуске гарнируют и поливают маслом. Соус подают отдельно. Масса соуса может быть увеличена до 50 г.

Гарниры – рис отварной или припущенный.

	I		II		III	
724. Кролик по-любительски						
Кролик	190	133	143	100	-	—
Шпик	41	39	29	28	—	—
Лук репчатый	60	50	48	40	—	—
Маргарин столовый	10	10	8	8	—	—
Масса жареного кролика	—	100	—	75	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса жареного шпика	—	35	—	25		—
» » лука	—	25	—	20	—	—
Масло сливочное	10	10	7	7	—	—
Гарнир №№ 747, 748	—	150	—	150	—	—
Соус Южный или соус Острый	15	15	10	10	—	—
Выход	—	335	—	287	—	—

Для этого блюда используют мякоть, снятую со спинной части кролика или задних ножек (окорочков). Приготовляют и отпускают так же, как и шашлык из говядины (рец. № 601).

Гарниры – рис отварной или припущенный.

725. Птица или кролик, жаренные во фритюре

Курица	220	152	179	123	133	92
или цыпленок	195	137	158	111	118	83
» бройлер-цыпленок	185	133	150	108	112	81
» кролик	152	144	123	117	92	87
Масса вареной птицы или кролика	—	106	—	86	—	64
Мука пшеничная	5	5	4	4	3	3
Яйца	1/8 шт.	5	1/10 шт.	4	1/13 шт.	3
Хлеб пшеничный	28	25	22	20	17	15
Масса полуфабриката	—	136	—	109	—	82
Кулинарный жир	15	15	12	12	10	10
Масса жареной птицы или кролика	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 762, 798, 804	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Выход	—	285	—	257	—	230

Вареную птицу или кролика рубят на порционные куски, панируют в муке, смачивают в яйцах, панируют в белой панировке и жарят во фритюре.

При отпуске гарнируют и поливают сливочным маслом.

Гарниры – картофель, жаренный во фритюре; сложный гарнир.

726. Волован с птицей или дичью и грибами

Курица	190	131	–	—	—	—
или бройлер-цыпленок	181	130	—	—	—	—
» индейка	162	119	—	—	—	—
« фазан	1/6 шт.	93	—	—	—	—
Масса вареной мякоти без кожи	—	50	—	—	—	—
Соус №№ 844, 845	—	50	—	—	—	—
Масло сливочное	5	5	—	—	—	—
Грибы белые свежие	43	33	—	—	—	—
или грибы белые сушеные	12,5	12,5	—	—	—	—
» шампиньоны свежие	47	36	—	—	—	—
Масса готовых грибов	-	25	—	—	—	—
Тесто слоеное пресное № 1090	—	94	—	—	—	—
Масса волована	—	80	—	—	—	—
Выход	—	205	—	—	—	—

Вареное мясо птицы или дичи нарезают ломтиками; заправляют соусом, маслом сливочным, добавляют нарезанные ломтиками вареные грибы, проваривают 5 мин и этой смесью перед отпуском наполняют волованы. Сверху на волован кладут выпеченную крышечку.

Соусы – паровой, белый с яйцом.

727. Корзиночки с фаршем из птицы или дичи (на 5 шт.)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Тесто сдобное № 1089	—	110	—	—	—	—
Фарш:						
Курица	286	197	—	—	—	—
или рябчик, или						
куропатка серая	2/3 шт.	139	—	—	—	—
Масса вареной мякоти без кожи	—	75	—	—	—	—
Масло сливочное	20	20	—	—	—	—
Яйца	1/2 шт.	20	—	—	—	—
Вино (мадера)	10	10	—	—	—	—
Мускатный орех	0,05	0,05	—	—	—	—
Масса фарша	—	125	—	—	—	—
Сыр	11	10	—	—	—	—
Масса полуфабриката	—	245	—	—	—	—
Масса готовой корзиночки с фаршем	—	200	—	—	—	—
Соус № 826	—	75	—	—	—	—
Выход	—	275	—	—	—	—

В формочки, смазанные маслом (2 г от нормы), кладут тонким слоем сдобное тесто, наполняют фаршем, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом (3 г от нормы) и запекают.

Для приготовления фарша вареное мясо кур или дичи соединяют со сливочным маслом и бульоном от припускания (10% от массы фарша) и пропускают 3–4 раза через мясорубку с мелкой решеткой. Затем в массу добавляют сырые яичные желтки, соль, мускатный орех в порошке, вино, хорошо выбивают, добавляют взбитые яичные белки и осторожно все перемешивают.

Выпеченные корзиночки вынимают из формочек. Отдельно к ним подают соус красный с вином.

728. Фриптурэ пофтоасэ (жаркое аппетитное) (молдавское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Курица	213	145
Маргарин столовый	5	5
Масса жареной курицы	—	100
Картофель	300	225
Лук репчатый	48	40
Маргарин столовый	10	10
Масса пассерованного лука	—	20
Яйца	1/2 шт.	20
Мука пшеничная высшего сорта	10	10
Масса полуфабриката	—	240
Жир животный топленый пищевой	10	10
Масса готовых биточков	—	200
Бульон куриный	70	70
На тесто:		
Мука пшеничная высшего сорта	6	6
Сахар	1	1
Дрожжи (прессованные)	1	1
Вода	10	10
Выход	—	350

Подготовленные тушки кур нарубают на порционные куски (по два на порцию) и жарят.

Сырой очищенный картофель натирают, соединяют с пассерованным луком (1/2 частью), яйцом, солью, перцем и мукой, разделывают на биточки (3 шт. на порцию) и жарят.

Жареные кусочки курицы и картофельные биточки посыпают оставшейся частью пассерованного лука, кладут в горшочек, заливают куриным бульоном (с. 74). Затем закрывают горшочек тестом и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 15–20 мин.

Приготовление теста: дрожжи разводят водой, добавляют сахар, муку и замешивают.

729. Цыплята-табака (грузинское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО	
Цыплята	414	290	
Масло сливочное	18	18	
Сметана	5	5	
Масса жареного цыпленка[1]	—	200	
Соус ткемали	50	50	
или чеснок	26	20	50
вода кипяченая	30	30	
Выход	—	250	

[1] Указанная масса готового цыпленка может быть увеличена в соответствии с фактической массой получаемых тушек, но не более 250 г.

У обработанного цыпленка разрезают грудку вдоль, после чего придают тушке плоскую форму, посыпают солью, смазывают сметаной и жарят с обеих сторон на раскаленной сковороде с маслом или в кеци (глиняной сковороде) под прессом. Жареного цыпленка украшают зеленью. Отдельно подают соус ткемали или чеснок, толченный с солью и разведенный холодной водой.

730. Борани из цыплят с баклажанами (армянское национальное блюдо)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Цыпленок	213	149	160	112	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	4	4	—	—
Масса жареного цыпленка	—	100	—	75	—	—
Баклажаны	164	139	159	135	—	—
Вода	25	25	20	20	—	—
Масса готового блюда	—	230	—	200	—	—
Мацун	100	100	75	75	—	—
Чеснок	3	2,3	3	2,3	—	—
Выход	—	330	—	275	—	—

Подготовленных цыплят распластовывают, солят, жарят на жире с обеих сторон, затем разрубают на небольшие куски.

Баклажаны очищают от кожицы и нарезают на куски, посыпают солью, дают отстояться 10–15 мин, после чего промывают и припускают в небольшом количестве воды.

Куски жареных цыплят перекладывают в посуду с припущенными баклажанами, закрывают крышкой и прогревают. Отдельно подают мацун с тертым чесноком.

731. Товугын ашгабатда (курица по-ашхабадски) (туркменское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Курица	318	217
Чеснок для натирания	4	3
Масло топленое	15	15
Масса жареной курицы	—	150
Картофель	193	145
Масло топленое	10	10
Масса жареного картофеля	—	100
Огурцы маринованные (в банках)	91	50
Сок томатный	50	50
Чеснок	2	1,6
Кориандр (кинза), мята, петрушка, укроп (зелень)	5	4
Перец красный	0,05	0,05
Масса соуса	—	55
Петрушка или укроп (зелень)	4	3
Выход	—	350

Курицу рубят на порционные куски, отбивают, посыпают солью, перцем, натирают толченым чесноком, маринуют в течение 30 мин, затем жарят с маслом на раскаленной сковороде под прессом. Отдельно подают соус: сок томатный с толченым чесноком, нарезанной зеленью, перцем. На гарнир подают картофель жареный, огурцы маринованные. Можно подать припущенный рис. Оформляют блюдо зеленью.

732. Котлеты рубленые из птицы, дичи или кролика с гарниром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица[1]	231	111	154	74	77	37
или индейка[1]	227	111	151	74	76	37
» фазан	1/4 шт.	111	1/6 шт.	74	1/12 шт.	37
» рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	111	1/2 шт.	74	1/4 шт.	37
» тетерев	1/4 шт.	111	1/6 шт.	74	1/12 шт.	37
» кролик	159	111	106	74	53	37
Хлеб пшеничный	27	27	18	18	9	9
Молоко или вода	39	39	26	26	13	13
Внутренний жир	4	4	3	3	2	2
Сухари	15	15	10	10	5	5
или хлеб пшеничный	28	25	22	20	11	10
Масса полуфабриката	—	188	—	125	—	63
Маргарин столовый	10	10	5	5	3	3
Масса жареных котлет	—	150	—	100	—	50
Гарнир №№ 744, 750, 759, 761, 797, 800	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 846	—	50	—	50	—	50
или маргарин столовый	10	10	8	8	5	5
Выход: с соусом	—	350	—	300	—	250
с маргарином	—	310	—	258	—	205

[1] По I колонке можно готовить котлеты из мякоти без кожи в соответствии с нормами закладки сырья (табл. 23).

Мясо птицы или кролика нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку вместе с внутренним жиром. Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, молотый перец, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях или белой панировке (хлеб можно нарезать в виде соломки или кубиков), формуют котлеты, которые затем обжаривают с обеих сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Из кур можно приготовить котлеты (фуршет) по 5–6 шт. на порцию.

По I колонке вместо молока можно использовать сливки.

Гарниры – каши рассыпчатые, горошек зеленый отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), сложный гарнир.

Соусы – красный основной, белый с овощами.

733. Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с гарниром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Бройлер-цыпленок[1]	254	104	168	69	85	35
Хлеб пшеничный	25	25	17	17	8	8
Молоко или вода	36	36	24	24	12	12
Внутренний жир	4	4	3	3	2	2
Сухари	15	15	10	10	5	5
Масса полуфабриката	—	176	—	118	—	59
Маргарин столовый	10	10	5	5	3	3
Масса жареных котлет	—	150	—	100	—	50
Гарнир №№ 744, 750, 759, 761, 797, 800	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 846	—	50	—	50	—	50
или маргарин столовый	10	10	8	8	5	5
Выход: с соусом	—	350	—	300	—	250
с маргарином	—	310	—	258	—	205

[1]Мякоть с кожей.

Приготавливают и подают котлеты из бройлеров-цыплят так же, как в предыдущей рецептуре.

По I колонке вместо молока можно использовать сливки.

734. Котлеты особые из кур или индеек[1]

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Мякоть окорочков с кожей	—	—	—	62,0	—	31,0
Хлеб пшеничный	—	—	—	14,0	—	7,0
Вода	—	—	—	22,0	—	11,0
Соль	—	—	—	0,6	—	0,3
Сухари панировочные	—	—	—	4,0	—	2,0
Сухари панировочные для подсыпки	—	—	—	1,0	—	1,0
Масса полуфабриката	—	—	—	100	—	50
Маргарин столовый	—	—	—	4	—	2
Масса жареных котлет	—	—	—	80	—	40
Гарнир №№ 744, 750, 759, 761, 797, 800	—	—	—	150	—	150
Соус №№ 824, 846	—	—	—	50	—	50
Выход	—	—	—	280	—	240

[1] ОСТ 28.6-79.

Котлеты обжаривают с обеих сторон и доводят до полной готовности в жарочном шкафу.

Гарниры – каши рассыпчатые, горошек зеленый отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), сложный гарнир.

Соусы – красный основной, белый с овощами.

735. Биточки рубленые из птицы, дичи или кролика, фаршированные шампиньонами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица[1]	308	111	206	74	103	37
или индейка[1]	271	111	180	74	90	37
» фазан	1/4 шт.	111	1/6 шт.	74	1/12 шт.	37
» рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	111	1/2 шт.	74	1/4 шт.	37
» кролик	159	111	106	74	53	37
Хлеб пшеничный	27	27	18	18	9	9
Молоко или вода	39	39	26	26	13	13
Внутренний жир	4	4	3	3	2	2
Масса котлетной массы	—	180	—	120	—	60
Шампиньоны свежие	66	50	43	33	22	17
Масса припущенных грибов	—	30	—	20	—	10
Сухари	15	15	10	10	5	5
Масса полуфабриката	—	225	—	150	—	75
Маргарин столовый	10	10	5	5	3	3
Масса жареных биточков	—	180	—	120	—	60
Масло сливочное	10	10	8	8	5	5
Гарнир №№ 758, 759, 761, 797, 803	—	150	—	150	—	150
Выход	—	340	—	278	—	215

[1] Мякоть без кожи.

Готовят котлетную массу так же, как в рец. № 732. Затем ее порционируют, придают форму кружков толщиной 1 см, на середину кладут мелко рубленные вареные грибы, края кружков соединяют, панируют, формуют в виде биточков и жарят с обеих сторон.

При отпуске гарнируют и поливают маслом. Отпускают по 1–3 шт. на порцию.

Гарниры – картофель в молоке, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), сложный гарнир.

По первой колонке вместо молока можно использовать сливки.

736. Биточки рубленые из птицы, дичи или кролика паровые под белым соусом с рисом

Курица[1]	308	111	206	74	103	37

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или индейка[1]	271	111	180	74	90	37
» фазан	1/4 шт.	111	1/6 шт.	74	1/12 шт.	37
» рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	111	1/2 шт.	74	1/4 шт.	37
» глухарь	1/8 шт.	111	1/12 шт.	74	1/24 шт.	37
» кролик	159	111	106	74	53	37
Хлеб пшеничный	27	27	18	18	9	9
Молоко или вода	39	39	26	26	13	13
Внутренний жир	4	4	3	3	2	2
Масса полуфабриката	—	170	—	114	—	57
Масло сливочное	3	3	2	2	1	1
Масса припущенных биточков	—	150	—	100	—	50
Гарнир №№ 747, 748, 759, 799	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 844, 845	—	100	—	75	—	50
Выход	—	400	—	325	—	250

[1] Мякоть без кожи

Готовую котлетную массу (рец. № 732) разделывают на биточки (1–3 шт. на порцию), припускают 15–20 мин.

Гарниры – рис отварной или припущенный, пюре картофельное, сложный гарнир.

Соусы – паровой, белый с яйцом.

По I колонке вместо молока можно использовать сливки.

737. Котлеты рубленые из кур, кролика, запеченные с соусом молочным

	I		II		III	
Курица[1]	231	111	154	74	77	37
или кролик	159	111	106	74	53	37
Хлеб пшеничный	27	27	18	18	9	9
Молоко или вода	39	39	26	26	13	13
Внутренний жир	6	6	4	4	2	2
Масса котлетной массы	—	172	—	115	—	57
Фарш:						
Соус № 862	—	75	—	50	—	25
Масло сливочное	15	15	10	10	5	5
Сыр	9,8	9	6,5	6	3,3	3
Масса полуфабриката	—	270	—	180	—	90
Масса запеченных котлет	—	210	—	140	—	70
Гарнир №№ 750, 757	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 824, 826	—	50	—	50	—	50
Выход	—	410	—	340	—	270

[1] Мякоть с кожей.

Котлеты кладут на смазанный жиром противень или сковороду, в середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают. При отпуске котлеты гарнируют, соус подливают сбоку.

По I колонке вместо молока можно использовать сливки.

Гарниры – горошек зеленый отварной, картофель отварной.

Соусы – красный основной, красный с вином.

	БРУТТО	НЕТТО

738. Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят

Курица[1]	206	74
или бройлер-цыпленок[1]	239	74
Хлеб пшеничный	15	15
Внутренний жир	5	5
Молоко или вода	23	23
Масса полуфабриката	—	115
Масса готовых фрикаделек	—	100
Гарнир №№ 759, 769, 770	150	150
Масло сливочное	5	5
Выход	—	255

[1] Мякоть без кожи.

Из котлетной массы, приготовленной, как в рец. № 732, разделывают шарики (4–5 шт. на порцию) и отваривают их на пару или в воде. Отпускают фрикадельки с гарниром и маслом.

Гарниры – пюре картофельное, пюре из моркови или свеклы.

739. Зразы из кур, бройлеров-цыплят с омлетом и овощами

Курица[1]	206	74
или бройлер-цыпленок[1]	239	74
Хлеб пшеничный	15	15
Молоко или вода	23	23
Внутренний жир	5	5
Масса котлетной массы	—	115
Фарш:		
Яйца	1/4 шт.	10
Молоко или вода	5	5
Морковь	14	10[2]
Кабачки	19	10[2]
Масло сливочное	2	2
Масса фарша	—	30
Масса полуфабриката	—	145
Масса готовых зраз	—	120
Гарнир №№ 746, 753, 769, 770	—	150
Масло сливочное	5	5
Выход	—	275

[1] Мякоть без кожи.
[2] Масса припущенных овощей.

Из мякоти кур приготовляют котлетную массу. Очищенные морковь и кабачки мелко шинкуют, припускают с маслом, заливают яйцами, смешанными с молоком, и доводят до готовности. Из котлетной массы формуют кружки толщиной в 1 см, на середину которых кладут подготовленный омлет, нарезанный мелкими ломтиками, после чего края кружков соединяют, придают изделиям овальную форму, варят на пару.

При отпуске зразы гарнируют, поливают маслом.

Гарниры – каша вязкая, макаронные изделия отварные, пюре из моркови или свеклы.

	БРУТТО	НЕТТО

740. Суфле из кур или бройлеров-цыплят

Курица	286	75[1]
или бройлер-цыпленок	271	75[1]
Яйца	1/2 шт.	20
Соус № 862	30	30
Масса полуфабриката	—	120
Масса готового суфле	—	110
Гарнир №№ 747, 753, 769, 770	—	150
Масло сливочное	5	5
Выход	—	265

[1] Вареная мякоть без кожи.

Мякоть вареных кур без кожи дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой, в массу вводят соус молочный густой, желтки яиц, затем взбивают и вводят белки, взбитые в густую пену, слегка вымешивают снизу вверх и раскладывают в формочки, смазанные маслом (2 г от нормы), доводят до готовности на пару. Отпускают суфле с гарниром и маслом.

Гарниры - рис отварной, макаронные изделия отварные, пюре из моркови или свеклы.

Суфле можно отпускать с соусом паровым (рец. № 844) 50 г на порцию, соответственно изменив выход блюда.

741. Суфле из кур или бройлеров-цыплят с рисом

Курица	286	75[1]
или бройлер-цыпленок	271	75[1]
Крупа рисовая	7	7
Масса вязкой рисовой каши	—	30
Яйца	3/10 шт.	12
Масло сливочное	5	5
Сыр	3,3	3
Масса полуфабриката	—	120
Масса готового суфле	—	110
Гарнир №№ 769, 770	—	150
Масло сливочное	5	5
Выход	—	265

[1] Вареная мякоть без кожи.

Мякоть вареных кур нарезают на куски, соединяют с вязкой рисовой кашей и пропускают два раза через мясорубку, добавляют соль. В массу кладут желтки яиц, половину нормы масла, хорошо ее выбивают, смешивают со взбитыми белками, раскладывают в смазанные маслом формочки (2 г от нормы), посыпают тертым сыром и варят на пару.

Отпускают суфле с гарниром или маслом.

Гарниры – пюре из моркови или свеклы.

Суфле можно отпускать с соусом паровым (рец. № 844) 50 г на порцию, соответственно изменив выход блюда

	БРУТТО	НЕТТО

742. Кнели из кур, бройлеров-цыплят с рисом

Курица[1]	211	76
или бройлер-цыпленок[1]	245	76
Крупа рисовая	7	7
Масса вязкой рисовой каши	—	30
Молоко или вода	8	8
Масло сливочное	3	3
Масса полуфабриката	—	107
Масса готовых кнелей	—	80
Гарнир №№ 753, 758, 769, 770	—	150
Масло сливочное	5	5
Выход	—	235

[1] Мякоть без кожи.

Мякоть кур пропускают два раза через мясорубку, смешивают с холодной рисовой вязкой кашей (рец. № 746), добавляют соль, молоко или воду, сливочное масло, тщательно перемешивают и взбивают до получения однородной массы. Из подготовленной массы разделывают кнели массой 20–25 г и варят их на пару. Отпускают кнели с гарниром и маслом.

Гарниры – макаронные изделия отварные, картофель в молоке, пюре из моркови или свеклы.

743. Шейка индюшиная, гусиная или утиная фаршированная[1]

Шейка индюшиная	—	150
» гусиная	—	150
» утиная	—	150
Говядина	109	80
или индейка	163	80[2]
» гусь	157	80[2]
» утка	195	80[2]
Лук репчатый	19	16
Чеснок	1	0,8
Масса полуфабриката	—	240
Маргарин столовый	10	10
Масса готовой шейки	—	150
Соус №№ 824, 826, 827	—	75
Выход	—	225

[1] ОСТ 28.7-79 и ОСТ 28.8-79.
[2] Мякоть с кожей.

Обработанную кожу шеи зашивают с одного конца и начиняют рубленым мясом, заправленным мелко нарезанным луком, чесноком, солью, перцем, после чего зашивают другой конец. Фаршированную шейку жарят. При отпуске поливают соусом.

Шейку можно тушить в соусе и отпускать с соусом, в котором она тушилась.

Соусы – красный основной, красный с вином, луковый.

ГАРНИРЫ

ГАРНИРЫ ДЛЯ ГОРЯЧИХ БЛЮД

Гарниры повышают питательную ценность блюд, разнообразят их вкус, дают возможность красиво оформить блюдо, то есть сделать его привлекательным, аппетитным и тем самым повысить усвояемость пищи. Для приготовления гарниров используют широкий набор продуктов: крупы, бобовые, макаронные изделия, картофель, овощи, грибы, плоды и ягоды.

Крупяные гарниры представляют собой рассыпчатые или вязкие каши. Макаронные изделия используют для гарниров отварными, бобовые – отварными и в виде пюре.

Широкое применение находят овощные гарниры. Для их приготовления используют разнообразные свежие, соленые, квашеные, маринованные, отварные, припущенные, жареные, запеченные и тушеные овощи.

Особое место в кулинарии занимают гарниры из картофеля. Вкусовые качества этого продукта делают его почти универсальным гарниром. В зависимости от вкусовых особенностей и от вида тепловой обработки основного продукта картофель подвергают различной кулинарной обработке – варке, жаренью, тушению.

Гарниры можно подразделить на простые, состоящие из какого-то одного продукта (картофельное пюре, каша, макароны отварные и т. п.), и сложные. Обычно сложные гарниры состоят из двух-трех различных продуктов (морковь или свекла припущенные или отварные, горошек или фасоль отварные или другие продукты в различных сочетаниях).

В данном разделе приведен ассортимент наиболее часто используемых гарниров. В качестве гарнира можно также использовать отдельные овощные и крупяные блюда, рецептуры которых приведены в соответствующих разделах Сборника.

Рецептуры гарниров для горячих мясных, рыбных и холодных блюд даны на 1000 г выхода. Норма гарнира на порцию принята 150 г. В зависимости от пищевой ценности гарнира эта норма может быть уменьшена до 50 г или увеличена до 200 г. Так, например, тушеную капусту и другие тушеные овощи можно отпускать по 200 г на порцию, а рассыпчатые каши – по 100 г.

Дополнительно на гарнир можно подать свежие, соленые или маринованные овощи (огурцы, помидоры, капусту и др.) и плоды консервированные по 25, 50, 75 г массой нетто на порцию.

Для приготовления гарнира в основном рекомендуется использовать маргарин столовый, в некоторых рецептурах используется жир животный топленый пищевой, масло сливочное. В случае, если гарниры употребляются к блюдам, к которым по вкусовым качествам указанные в рецептурах виды жиров неприемлемы, можно использовать и другие жиры, при этом следует руководствоваться табл. 36 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

Способы приготовления большинства гарниров не описываются, их готовят так же, как блюда из этих продуктов в соответствующих разделах Сборника.

Для крупяных гарниров указана масса каши, которая рассчитывается по данным табл. 8 «Количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каш» раздела «Блюда из круп» (с. 179–180).

В рецептурах указан жир для приготовления рассыпчатых и вязких каш, часть которого используется при варке каши (50%), оставшийся жир (50%) добавляют в готовую кашу.

ГАРНИРЫ ИЗ КРУП, БОБОВЫХ И МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

744. Каша рассыпчатая

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса каши	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

745. Каша рассыпчатая из концентрата

	БРУТТО	НЕТТО
Гречневая, или кукурузная, или перловая, или пшенная, или ячневая, или рисовая каша	370	370
Вода	740	740
Выход	—	1000

746. Каша вязкая

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса каши	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

747. Рис отварной

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	352	352	360	360
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45
Выход	—	1000	—	1000

Подготовленный рис кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют жиром, перемешивают и прогревают.

748. Рис припущенный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	340	340	345	345	350	350
Бульон или вода	—	715	—	725	—	735
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В подсоленный бульон или воду добавляют 50% жира, предусмотренного рецептурой, и всыпают подготовленную для варки крупу рисовую, а далее готовят так же, как кашу рисовую рассыпчатую (с. 181). Остальные 50% жира добавляют в готовую кашу.

749. Рис припущенный с томатом

Крупа рисовая	340	340	345	345	350	350
Бульон или вода	—	655	—	665	—	675
Маргарин столовый для пассерования томатного пюре	5	5	5	5	5	5
Томатное пюре	60	60	60	60	60	60
Маргарин столовый	55	55	40	40	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Приготавливают так же, как рис припущенный (рец. № 748), в конце варки добавляют пассерованное в течение 10–15 мин томатное пюре.

750. Бобовые отварные
1-й вариант

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных бобовых № 430	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

2-й вариант

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Горошек зеленый свежий быстрозамороженный	1033	950[1]	1043	960[1]	1054	970[1]
или горошек зеленый консервированный	1462	950	1477	960	1492	970
или фасоль стручковая консервированная	1583	950	1600	960	1617	970
или кукуруза сахарная консервированная	1583	950	1600	960	1617	970
или кукуруза свежая в початках молочной спелости	5051	2879	5104	2909	5156	2939
или горох овощной (лопатка) свежий или фасоль овощная (лопатка) свежая	1200	1080	1212	1091	1224	1102
Масса отварной кукурузы, гороха, фасоли	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса отварного горошка зеленого свежего.

751. Бобовые отварные с луком

	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных бобовых № 430	—	850
Лук репчатый	357	300
Кулинарный жир	60	60
Масса пассерованного с жиром лука	—	160
или		
Лук репчатый	160	134
Шпик	127	122
Масса пассерованного со шпиком лука	—	160
Выход	—	1000

752. Горох или фасоль отварные с томатом и луком

	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных бобовых № 430	—	840
Томатное пюре	100	100
Лук репчатый	100	84
Маргарин столовый	50	50
Выход	—	1000

Мелко нарезанный лук пассеруют, добавляют томатное пюре, пассеруют еще 5–8 мин. Затем соединяют с отварными, заправленными специями бобовыми, и, помешивая, нагревают до кипения.

753. Макаронные изделия отварные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных макаронных изделий № 442	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

754. Макароны отварные с томатом

	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных макарон № 442	—	860
Томатное пюре	90	90
Маргарин столовый	25	25
Масса томатного пюре с жиром	—	105
Маргарин столовый	35	35
Выход	—	1000

755. Макароны отварные с овощами

	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных макарон № 442	—	750
Маргарин столовый или масло сливочное для заправки макарон	20	20
Морковь	138	110/75[1]
Лук репчатый	100	84/42[1]
Перец сладкий[2]	100	75
Томатное пюре	80	80
Маргарин столовый или масло сливочное для пассерования овощей	40	40
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса овощей нетто, в знаменателе – масса пассерованных овощей.

[2] Блюдо можно готовить без перца. В этом случае соответственно увеличивают закладку других овощей.

756. Макароны жареные (из отварных)

	БРУТТО	НЕТТО
Масса отварных макарон № 442	—	1170
Кулинарный жир или маргарин столовый	60	60
Выход	—	1000

Макароны отваривают, затем сливают воду и обжаривают на жире.

757. Картофель отварной

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Картофель	1305	979	1320	990	1333	1000
или картофель молодой	1264	1011	1276	1021	1290	1032
Масса картофеля вареного	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

758. Картофель в молоке

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Картофель	1173	880	1187	890	1200	900
Молоко	300	300	300	300	300	300
Маргарин столовый или масло сливочное	40	40	30	30	20	20
Мука пшеничная	5	5	5	5	5	5
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Сырой очищенный картофель, нарезанный кубиками, варят 10 мин, затем воду сливают, заливают соусом молочным и доводят до готовности. Для соуса муку пассеруют на жире, разводят молоком горячим, солят.

759. Пюре картофельное

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Картофель	1107	830	1127	845	1140	855
Молоко	158	150[1]	158	150[1]	158	150[1]
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса кипяченого молока. При отсутствии молока можно на 10 г увеличить норму закладки жира.

760. Картофель жареный (из вареного)

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель ломтиками	1656	1205[1]
Жир животный топленый пищевой, или кулинарный жир, или масло растительное	96	96
Выход	—	1000

[1] Масса картофеля вареного очищенного нарезанного.

	БРУТТО	НЕТТО
761. Картофель жареный (из сырого)		
Картофель брусочками, ломтиками, дольками, кубиками	1932	1449
Жир животный топленый пищевой, или кулинарный жир, или масло растительное	100	100
Выход	—	1000

Способ приготовления см. в рец. № 354.

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
762. Картофель, жаренный во фритюре				
Картофель брусочками	—	—	2667	2000
Картофель соломкой, стружкой	3333	2500	—	—
Жир животный топленый пищевой, или кулинарный жир, или масло растительное	225	225	160	160
Выход	—	1000	—	1000

Способ приготовления см. в рец. № 355.

	БРУТТО	НЕТТО
763. Картофель хрустящий (чипс)		
Картофель (чипс)	3921	2941
Кулинарный жир или масло растительное	350	350
Выход	—	1000

764. Крокеты картофельные

Картофель	1209	880[1]
Масло сливочное	40	40
Мука пшеничная	60	60
Яйца	2 шт.	80
Сухари	60	60
Масса полуфабриката	—	1110
Кулинарный жир или масло растительное	110	110
Выход	—	1000

[1] Масса картофеля очищенного вареного.

Картофель варят, обсушивают и протирают. Масло сливочное, желтки яиц и 1/3 муки пшеничной используют на заправку массы картофельной. Оставшуюся муку, белки яичные и сухари употребляют для панирования крокет. Крокеты приготовляют в форме шарика, груши, столбика (3–4 шт. на порцию) и жарят в большом количестве жира 5–7 мин.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

765. Овощи отварные с жиром

Морковь	1291	1033	1304	1043	1318	1054
или капуста белокочанная (ранняя)	1320	1056	1334	1067	1348	1078
или капуста белокочанная свежая	1291	1033	1304	1043	1318	1054
или капуста цветная	2031	1056	2052	1067	2073	1078
или брюссельская (кочанчики)	1720	1118	1737	1129	1755	1141
или кольраби	1625	1056	1642	1067	1658	1078
или спаржа	1479	1080	1495	1091	—	—
или тыква	1636	1145	1653	1157	1670	1169
Масса отварных овощей	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

766. Овощи, припущенные с жиром

Морковь	1250	1000	1278	1022	1291	1033
или репа	1333	1000	1363	1022	1377	1033
или брюква	1282	1000	1310	1022	1324	1033
или тыква	1583	1108	1619	1133	1636	1145
или кабачки	1760	1179	1799	1205	1818	1218
Масса припущенных овощей	—	920	—	940	—	950
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Сахар	15	15	15	15	15	15
Мука пшеничная	15	15	15	15	15	15
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Способ приготовления см. в рец. № 337.

767. Овощи в молочном соусе (1-й вариант)

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	271	217/200[1]
Картофель	275	206/200[1]
Горошек зеленый консервированный	154	100
или горошек зеленый быстрозамороженный	109	109/100[1]
или кукуруза свежая в початках молочно-восковой спелости	532	303/100[1]
Капуста белокочанная	278	222/200[1]
Соус № 859	—	340
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса овощей нетто, в знаменателе – масса припущенных или вареных овощей.

Способ приготовления см. в рец. № 341.

768. Овощи в молочном соусе (2-й вариант)

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	1046	837
или репа	1116	837
или брюква	1073	837
или тыква	1326	928
или кабачки	1473	987
или свекла	1046	837
или горошек зеленый консервированный	1185	770
или горошек зеленый быстрозамороженный	837	837
или кукуруза свежая в початках молочной спелости	4093	2333
Масса припущенных овощей	—	770
Соус № 859	—	250
Выход	—	1000

Способ приготовления см. в рец. № 341.

769. Пюре из моркови или свеклы (1-й вариант)

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	1363	1090
или свекла	1363	1090
Масса протертой моркови или свеклы	—	950
Масло сливочное	45	45
Сахар	10	10
Выход	—	1000

Морковь и свеклу очищают, нарезают и припускают. В дальнейшем пюре готовят, как указано в рец. № 334.

770. Пюре из моркови или свеклы (2-й вариант)

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	1063	850
или свекла	1063	850
Масса протертой моркови или свеклы	—	740
Соус № 862	—	260
Выход	—	1000

Пюре готовят, как указано в предыдущей рецептуре.

771. Морковь, тушенная в сметанном соусе

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	1225	980

	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый или масло сливочное	25	25
Сахар	10	10
Соус № 863	—	200
Выход	—	1000

Морковь очищают, моют, нарезают кубиками и припускают с жиром, добавляют соус сметанный и тушат до готовности 10–15 мин.

772. Морковь, тушенная с черносливом или яблоками

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	1063	850
Маргарин столовый или масло сливочное	50	50
Чернослив	178	267/200[1]
или яблоки	286	200
Сахар	25	25
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса вареного чернослива с косточкой, в знаменателе – масса вареного чернослива без косточки.

Морковь, нарезанную кубиками или дольками, припускают в небольшом количестве воды с добавлением жира до полуготовности. Чернослив заливают водой и варят до полуготовности, после чего удаляют косточки. В морковь кладут подготовленный чернослив или яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, нарезанные кубиками или ломтиками, добавляют сахар и тушат до готовности 12–15 мин.

773. Капуста тушеная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	1250	1000	1313	1050	1433	1146
или квашеная[1]	1200	840	1286	900	1429	1000
Жир животный топленый пищевой	60	60	45	45	35	35
Морковь	50	40	50	40	25	20
Лук репчатый	95	80	71	60	48	40
Петрушка (корень)	27	20	27	20	—	—
Томатное пюре	100	100	80	80	60	60
Уксус 3%-ный[2]	30	30	30	30	30	30
Мука пшеничная	12	12	12	12	12	12
Сахар	30	30	30	30	30	30
Перец черный горошком	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2
Лавровый лист	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Можно приготовить капусту тушеную с фасолью, при этом фасоль расходуется в количестве 200 г на указанный выход, а закладка капусты уменьшается наполовину.

[2] При использовании капусты квашеной уксус из рецептуры исключается и увеличивается закладка сахара на 20 г.

Способ приготовления см. в рец. № 342.

774. Капуста, тушенная с яблоками

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная	1313	1050
Яблоки	286	200[1]
Сахар	15	15
Маргарин столовый или масло сливочное	80	80
Мука пшеничная	10	10
Выход	—	1000

[1] Масса яблок, очищенных от кожицы, с удаленным семенным гнездом.

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду или бульон (5–10% к массе сырой капусты), часть жира (70 г на 1000 г выхода) и тушат капусту при периодическом помешивании до полуготовности. Затем добавляют нарезанные яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом и тушат до готовности 40–45 мин. За 5 мин до окончания тушения капусту заправляют мучной пассеровкой (мука, пассерованная на жире), сахаром, солью.

775. Капуста жареная

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	1666	1333
или брюссельская	2198	1429
или кольраби	2748	1786
Маргарин столовый или масло сливочное	40	40
Выход	—	1000

Способ приготовления см. в рец. № 365.

776. Свекла тушеная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	1138	910	1163	930	1188	950
Маргарин столовый	48	48	33	33	23	23
Уксус 3%-ный	30	30	30	30	30	30
Сахар	15	15	15	15	15	15
Соус № 843	—	240	—	240	—	240
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Предварительно очищенную, сваренную свеклу нарезают кубиками, прогревают с жиром, заправляют уксусом, сахаром, соусом белым и тушат 10–15 мин.

777. Свекла, тушенная в сметанном соусе

Свекла	1138	910	1163	930	1188	950

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый	25	25	10	10	—	—
Сахар	15	15	15	15	15	15
Соус № 863 (II колонка)	—	250	—	250	—	250
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Способ приготовления см. в рец. № 776.

778. Кабачки или тыква, тушенные в сметане

	БРУТТО	НЕТТО
Кабачки	1627	1090
или тыква	1464	1025
Мука пшеничная	10	10
Маргарин столовый или масло сливочное	35	35
Сметана	100	100
Сахар	10	10
Выход	—	1000

Кабачки или тыкву очищают от кожи и семян и нарезают в виде брусочков или кубиков, кладут в посуду, добавляют сметану, жир, сахар и тушат в течение 15–20 мин. За 5 мин до окончания тушения заправляют пассерованной мукой.

779. Рагу овощное (1-й вариант)

Картофель	267	200
Морковь	228/182[1]	124
Тыква	171	120
или кабачки	179	120
Петрушка (корень)	51/38[1]	24
Капуста цветная	196/102[1]	92
Горошек зеленый консервированный	123	80
Лук репчатый	238/200[1]	100
Соус № 824	—	300
Кулинарный жир	40	40
Чеснок	4	3
Перец черный горошком	0,2	0,2
Лавровый лист	0,08	0,08
Выход	—	1000

780. Рагу овощное (2-й вариант)

Картофель	267	200
Морковь	199/159[1]	108

	БРУТТО	НЕТТО
Петрушка (корень)	51/38[1]	24
Лук репчатый	143/120[1]	60
Репа	215/161[1]	124
или брюква	206/161[1]	124
Капуста белокочанная свежая	150/120[1]	108
Кулинарный жир	40	40
Соус № 824	—	300
Тыква	171	120
или кабачки	179	120
Чеснок	4	3
Перец черный горошком	0,2	0,2
Лавровый лист	0,08	0,08
Выход	—	1000

781. Рагу овощное (3-й вариант)

Картофель	427	320
Морковь	199/159[1]	108
Лук репчатый	95/80[1]	40
Репа	215/161[1]	124
или брюква	206/161[1]	124
Капуста белокочанная свежая	250/200[1]	180
Кулинарный жир	40	40
Соус № 824	—	300
Перец черный горошком	0,2	0,2
Лавровый лист	0,08	0,08
Выход	—	1000

Примечание. При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептурах трех вариантов рагу овощного, можно готовить блюдо из остальных овощей, соответственно увеличив их закладку.

---

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе - масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

Способ приготовления см. в рец. № 348.

782. Лук маринованный

Лук репчатый	1054	885
Уксус 3%-ный	100	100
Масло растительное	50	50
Соль	15	15
Лавровый лист	0,5	0,5
Перец черный горошком	0,2	0,2
Гвоздика или корица	0,2	0,2
Выход	—	1000

Лук репчатый режут кольцами. Уксус и растительное масло наливают в посуду, туда же кладут нарезанный лук, сахар, соль, специи и, помешивая, нагревают до температуры 75–80°С. Затем лук быстро охлаждают.

783. Лук, жаренный во фритюре

Лук репчатый	3500	2940

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	60	60
Кулинарный жир	150	150
Выход	—	1000

Лук репчатый режут кольцами, посыпают мукой, встряхивают от лишней муки. В подготовленный фритюр (разогретый до 160–180°C) кладут лук и жарят 1–1,5 мин.

784. Помидоры жареные

Помидоры свежие	1867	1587
Маргарин столовый	60	60
или масло растительное	50	50
Выход	—	1000

Подготовленные помидоры разрезают на две половинки, солят и жарят на жире.

785. Тыква, кабачки, баклажаны жареные

Тыква	1786	1250
или кабачки	1866	1493
или баклажаны	1349	1282
Мука пшеничная	50	50
Масло растительное	60	60
Выход	—	1000

Способ приготовления указан в рец. № 367.

786. Грибы в сметанном соусе

Грибы белые свежие	1214	923
или шампиньоны свежие	1974	1500
или грибы белые сушеные	300	300
или грибы белые маринованные или соленые (в банках)	1231	923
или сморчки свежие	1429	1200
Маргарин столовый	40	40
Масса готовых грибов	—	600
Соус № 863	—	400
Выход	—	1000

Способ приготовления указан в рец. № 369.

787. Яблоки печеные

Яблоки	1714	1200
Сахар	35	35
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10
Выход	—	1000

Яблоки (лучше антоновские) очищают от кожицы, разрезают на 4–6 частей и удаляют семенное гнездо. Яблоки укладывают на смазанную маслом сковороду, посыпают сахаром и запекают в жарочном шкафу 10–12 мин.

ГАРНИРЫ СЛОЖНЫЕ

Гарнир сложный состоит из двух, трех, четырех и более различных продуктов.

Ниже приведены отдельные варианты сложных гарниров, причем указанные сочетания продуктов не обязательны, они могут меняться в зависимости от возможностей предприятия и спроса потребителей, однако общая норма выхода гарнира (150 г на порцию) должна сохраняться. К рекомендуемым гарнирам сверх установленной нормы можно подавать свежие, соленые или маринованные овощи (огурцы, помидоры, капусту и др. в количестве 50–75 г нетто на порцию), а также плоды маринованные (25–50 г нетто на порцию).

При составлении сложных гарниров следует подбирать продукты, сочетающиеся по вкусу и окраске. Подбор сложного гарнира требует особого внимания повара, так как при его изготовлении необходимо учитывать не только вкусовые сочетания гарнира и основного продукта, но и всех составных частей самого гарнира. При оформлении блюд не следует класть рядом гарнир одинаковый по цвету, поскольку это ухудшает внешний вид блюда. Нельзя допускать примерно таких сочетаний: картофель и макароны отварные, зеленый горошек и фасоль стручковая и т. п.

В приведенных вариантах сложных гарниров указана масса готовых, заправленных продуктов. Расход продуктов на их приготовление рассчитывается по соответствующим рецептурам для каждого вида гарнира.

788. 1-й вариант

Картофель отварной, пюре или жареный	75
Капуста или свекла тушеная	75
Выход	150

789. 2-й вариант

Картофель жареный или пюре	75
Горошек зеленый или фасоль стручковая отварные	75
Выход	150

790. 3-й вариант

Картофель жареный	75
Репа, брюква, морковь, припущенные или в молочном соусе	75
Выход	150

791. 4-й вариант

Морковь или свекла припущенные или отварные	75

Горошек или фасоль отварные	75
Выход	150

792. 5-й вариант

Морковь, тушенная с яблоками или черносливом	75
Картофель отварной, пюре или жареный	75
Выход	150

793. 6-й вариант

Овощи в молочном соусе	75
Картофель жареный	75
Выход	150

794. 7-й вариант

Кабачки или баклажаны жареные	75
Морковь припущенная или в молочном соусе	75
Выход	150

795. 8-й вариант

Картофель тушеный или картофельное пюре	75
Морковь или свекла, тушенная в сметанном соусе	75
Выход	150

796. 9-й вариант

Свекольное или морковное пюре	75
Горошек зеленый или стручки фасоли отварные	75
Выход	150

797. 10-й вариант

Капуста цветная, брюссельская или спаржа	75
Картофель жареный	75
Выход	150

798. 11-й вариант

Картофель жареный	50
Морковь, тушенная с яблоками или черносливом	50
Горошек, фасоль отварные	50
Выход	150

799. 12-й вариант

Овощи припущенные или в молочном соусе	50
Горошек зеленый консервированный	50
Картофель отварной или пюре	50
Выход	150

800. 13-й вариант

Картофель жареный	50
Грибы в сметанном соусе	50
Морковь или свекла припущенные	50
Выход	150

801. 14-й вариант

Фасоль или горох с томатом и луком	50
Морковь, свекла, репа или брюква отварные	50
Капуста отварная	50
Выход	150

802. 15-й вариант

Картофель жареный или картофельное пюре	50
Свекла или морковь, тушенная в сметанном соусе	50
Горошек зеленый или фасоль стручковая	50
Выход	150

803. 16-й вариант

Овощи в молочном соусе	100
Помидоры свежие	50
Выход	150

804. 17-й вариант

Капуста цветная отварная	50
Морковь, тушенная с яблоками	30
Горошек зеленый	30
Картофель жареный	40
Выход	150

805. 18-й вариант

Картофель жареный	50
Кольраби отварная	40
Салат из краснокочанной капусты	30
Горошек зеленый или фасоль стручковая отварные	30
Выход	150

806. 19-й вариант

Помидоры свежие	20
Горошек зеленый	40
Морковь или свекла припущенные	50
Яблоки печеные	40
Выход	150

ГАРНИРЫ ДЛЯ ХОЛОДНЫХ БЛЮД

В качестве гарниров к холодным блюдам используют винегреты, салаты и отдельные наборы из овощей и плодов в различных сочетаниях.

Для салатов и винегретов картофель, морковь, свеклу, огурцы режут мелкими кубиками или ломтиками, капусту, салат, лук – соломкой. Если каждый из указанных видов овощей подают на гарнир отдельно, то в этом случае их режут мелкими кубиками, соломкой, ломтиками или применяют фигурную нарезку.

Рецептуры на винегреты и салаты представлены в разделе «Холодные блюда»: Винегрет овощной № 103, Салат из белокочанной капусты № 81, Салат из краснокочанной капусты № 82, Салат картофельный № 71.

Гарниры для холодных блюд приведены на 1000 г выхода готового продукта. Норма гарнира на порцию – 50–100 г.

Ниже приведены варианты гарниров, причем указанные сочетания продуктов не обязательны, они могут изменяться в зависимости от возможностей предприятия и спроса потребителей. При отсутствии отдельных продуктов, указанных в вариантах, их можно заменять другими, но общая норма выхода должна сохраниться.

ГАРНИРЫ ИЗ ОВОЩЕЙ

807. 1-й вариант

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови[1]	—	30	—	20
Картофель	41	41	28	28
Масса готового картофеля[1]	—	30	—	20
Огурцы соленые (неочищенные)	33	30	22	20
или помидоры соленые (в бочковой таре)	33	30	22	20
Горошек зеленый консервированный	46	30	31	20
Желе мясное или рыбное № 897	—	15	—	10
Заправка для салатов № 895	—	15	—	10
Выход	—	150	—	100

[1] Здесь и далее приводится масса вареных очищенных овощей.

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

808. 2-й вариант

Огурцы свежие (неочищенные)	63	60	42	40
Помидоры свежие	71	60	47	40
Салат зеленый	42	30	28	20
Выход	—	150	—	100

809. 3-й вариант

Салат из капусты	—	75	—	50
Огурцы свежие (неочищенные)	79	75	53	50
или помидоры свежие	88	75	59	50
Выход	—	150	—	100

810. 4-й вариант

Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови	—	30	—	20
Огурцы соленые (неочищенные)	33	30	22	20
Горошек зеленый консервированный	23	15	15	10
Картофель	62	62	41	41
Масса готового картофеля	—	45	—	30
Майонез[1] или соус № 884	—	30	—	20
Выход	—	150	—	100

[1] Используется майонез промышленного производства.

811. 5-й вариант

Огурцы свежие (неочищенные)	32	30	21	20
Помидоры свежие	35	30	24	20
Салат зеленый	21	15	14	10
Картофель	62	62	41	41
Масса готового картофеля	—	45	—	30
Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови	—	30	—	20
Выход	—	150	—	100

812. 6-й вариант

Капуста цветная	96	50	63	33
или спаржа	70	51	47	34
Масса готовой капусты или спаржи	—	45	—	30
Помидоры свежие	71	60	47	40
Фасоль овощная (лопатка) свежая	38	34	26	23
или горох овощной (лопатка) свежий	38	34	26	23

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса готовой фасоли или гороха	—	30	—	20
Сельдерей листовой	18	15	12	10
или салат зеленый	21	15	14	10
Выход	—	150	—	100

813. 7-й вариант

Огурцы маринованные	—	—	55	30
Яблоки или груши маринованные	—	—	55	30
Салат зеленый	—	—	14	10
Желе мясное или рыбное № 897	—	—	—	30
Выход	—	—	—	100

814. 8-й вариант

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки маринованные	109	60	73	40	36	20
Сливы маринованные	109	60	73	40	36	20
Виноград маринованный	60	30	40	20	20	10
Выход	—	150	—	100	—	50

815. 9-й вариант

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Огурцы маринованные	55	30	36	20
Помидоры свежие	53	45	35	30
Фасоль стручковая консервированная	50	30	33	20
или горошек зеленый консервированный	46	30	31	20
Желе мясное или рыбное № 897	—	30	—	20
Салат зеленый	21	15	14	10
Выход	—	150	—	100

816. 10-й вариант

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Огурцы свежие (очищенные)	125	100	94	75	63	50
или огурцы свежие (неочищенные)	105	100	79	75	53	50
или огурцы соленые (очищенные)	125	100	94	75	63	50
или огурцы соленые (неочищенные)	111	100	83	75	56	50
или огурцы маринованные	182	100	136	75	91	50
или помидоры свежие	118	100	88	75	59	50
или помидоры соленые	111	100	83	75	56	50
или редис красный обрезной без ботвы (очищенный от кожицы)	133	100	100	75	67	50
или редис белый с ботвой (очищенный от кожицы)	200	100	150	75	100	50

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или лук зеленый	125	100	94	75	63	50
или лук репчатый	—	—	—	—	60	50
или лук маринованный	182	100	136	75	91	50
или грибы соленые	122	100	91	75	61	50
Выход	—	100	—	75	—	50

ГАРНИРЫ ИЗ ОВОЩЕЙ К СЕЛЬДИ И ОТВАРНОЙ РЫБЕ

817. 1-й вариант

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	82	82	55	55
Масса готового картофеля	—	60	—	40
Свекла	57	57	38	38
Масса готовой свеклы	—	45	—	30
Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови	—	30	—	20
Лук репчатый	18	15	12	10
или лук зеленый	19	15	13	10
Выход	—	150	—	100

818. 2-й вариант

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	62	62	41	41
Масса готового картофеля	—	45	—	30
Морковь	57	57	38	38
Масса готовой моркови	—	45	—	30
Огурцы свежие (неочищенные)	47	45	32	30
или помидоры свежие	53	45	35	30
Лук зеленый	19	15	13	10
или лук репчатый	18	15	12	10
Выход	—	150	—	100

819. 3-й вариант

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	62	62	41	41
Масса готового картофеля	—	45	—	30
Огурцы соленые (неочищенные)	50	45	33	30
Свекла	38	38	26	26
Масса готовой свеклы	—	30	—	20
Лук зеленый[1]	19	15	13	10
Лук репчатый	18	15	12	10
Выход	—	150	—	100

[1] При отсутствии лука зеленого или других овощей увеличивают норму закладки других продуктов, предусмотренных рецептурой.

820. 4-й вариант

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца вареные	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Огурцы соленые (неочищенные)	44	40	22	20
Лук зеленый[1]	19	15	13	10

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	18	15	12	10
Картофель	41	41	27	27
Масса готового картофеля	—	30	—	20
Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови	—	30	—	20
Выход	—	150	—	100

[1] См. сноску к рец. № 819.

821. Плоды или ягоды маринованные

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки или груши маринованные	182	100	136	75	91	50
или сливы маринованные	182	100	136	75	91	50
или вишни маринованные	182	100	136	75	91	50
или виноград маринованный	200	100	150	75	100	50
или смородина маринованная	182	100	136	75	91	50
Выход	—	100	—	75	—	50

Плоды и ягоды маринованные подают к мясным и рыбным блюдам.

СОУСЫ

Соусы являются составной частью большого ассортимента горячих и холодных блюд из овощей, круп, макарон, мяса, рыбы и других продуктов. Они разнообразят и дополняют вкус блюда, повышают его питательную ценность.

Соусы подразделяются на две группы – горячие и холодные.

В зависимости от исходных продуктов различают горячие соусы на мясном и рыбном бульонах, грибном отваре, сметанные, молочные и яично-масляные. К холодным соусам относятся майонез, соусы овощные, заправки и желе. В группу соусов включены смеси масляные, соусы сладкие и сиропы.

Соусы на мясном бульоне подразделяются на красные и белые. На рыбном бульоне, так же как и на мясном, готовят соусы красного и белого цвета.

По технологии приготовления различают соусы основные и производные от них. Производный соус готовят из основного с добавлением в него различных продуктов.

В рецептурах основных соусов предусмотрены потери в размере 2,5–3%, имеющие место при приготовлении на их основе производных соусов.

Норма вложения продуктов дана из расчета на 1 кг готового соуса; расход соли, перца и лаврового листа в рецептурах не указан.

Расход специй на 1 кг соуса следующий: соли – 10 г, перца – 0,5 г, лаврового листа – 0,2 г; на маринад, кроме того, гвоздики – 1 г, корицы – 1 г. Для приготовления соуса молочного используется только соль в количестве 8 г.

Исходя из особенностей национальных блюд лавровый лист в соусы, используемые для этих блюд, можно не добавлять.

При замене одних продуктов другими руководствуются данными, приведенными в табл. 36 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

В рецептурах указывается кислота лимонная, которая может быть заменена соком лимона, из расчета: 1 г кислоты лимонной заменяется 8 г сока лимонного, получаемого из 20 г лимона. Кислоту лимонную растворяют в теплой кипяченой воде (1 : 5) и вводят в готовый соус.

СОУСЫ ГОРЯЧИЕ

Соусы для горячих блюд приготовляют на бульонах (мясном, рыбном), грибном и овощном отварах, молоке, сметане. Для придания соусам того или иного вкуса используют томатное пюре, коренья, лук репчатый, грибы, огурцы, каперсы, хрен, горчицу, уксус, виноградное вино. Кроме уксуса, в качестве приправ используют сок лимонный или кислоту лимонную, а также рассол соленых огурцов, помидоров.

Из пряностей в соусы добавляется черный и душистый перец, лавровый лист, гвоздика, мускатный орех и т. д. и пряные овощи – зелень петрушки, сельдерея, эстрагона в свежем и сушеном виде и др.

Пряности в соус кладут за 10–15 мин до окончания его приготовления, лавровый лист – за 5 мин до конца варки, молотый красный и черный перец – в готовый соус.

Вино следует вводить также в готовый соус. Вино наливают в нагретую посуду, которую закрывают крышкой, дают вскипеть и быстро вливают его в соус.

Готовый процеженный соус заправляют маргарином или маслом сливочным, которые кладут кусочками массой 3–5 г, и тщательно промешивают до полного соединения масла с соусом. Затем соус нагревают до температуры 80–85 °С, но не кипятят, иначе масло выделится на поверхность соуса. Заправка жиром повышает калорийность, улучшает вкус и консистенцию соуса, делает его более однородным.

В рецептурах, где не указан жир на заправку соусов, следует использовать 70–80% жира, указанного в рецептуре. Остальное количество жира добавляют в соус мелкими кусочками в период его хранения на мармите, чтобы не допустить образования пленки на поверхности соуса.

Горячие соусы хранят в посуде с закрытой крышкой на мармите при температуре 75–80 °С.

СОУСЫ МЯСНЫЕ КРАСНЫЕ

Ассортимент соусов мясных красных довольно разнообразен. Для их приготовления во всех случаях используют соус красный основной или пасту соусную промышленного производства.

Соус красный приготовляют на коричневом мясном бульоне и муке пшеничной, поджаренной до светло-коричневого цвета (красная пассеровка), с добавлением томатного пюре, лука, кореньев и специй. Муку пшеничную для соусов красных поджаривают без жира.

Для приготовления производных соусов в соус красный основной добавляют лук, грибы, огурцы соленые, вино, горчицу и другие продукты, которые придают им своеобразный вкус и обусловливают их название.

822. Бульон коричневый

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кости пищевые[1]	1000	1000	750	750	500	500
Вода	1500	1500	1500	1500	1500	1500
Морковь	15	12	15	12	15	12
Лук репчатый	14	12	14	12	14	12
Петрушка (корень)	16	12	16	12	16	12
или сельдерей (корень)	18	12	18	12	18	12
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Кости говяжьи, бараньи, телячьи, свиные, птицы и дичи (рябчиков, тетеревов, куропаток, глухарей).

Сырые кости, промытые и нарубленные на куски длиной 5–7 см, жарят на противне в жарочном шкафу при 160–170 °С с добавлением моркови, петрушки, лука репчатого, нарезанных на куски произвольной формы.

Кости бараньи, телячьи, свиные, птицы и дичи обжаривают 30–40 мин, говяжьи – 1–1,5 ч, переворачивая их. Когда кости приобретут светло-коричневый цвет, обжаривание прекращают, а жир, выделившийся из костей, сливают.

Обжаренные кости с подпеченными кореньями и луком репчатым кладут в котел, заливают горячей водой и варят 5–6 ч при слабом кипении, периодически удаляя жир и пену.

В бульон коричневый для улучшения его качества можно добавить мясной сок, полученный после обжаривания мясных продуктов. Для этого на противень, на котором обжаривались мясные продукты, наливают немного бульона мясного или воды и кипятят 2–3 мин. Готовый бульон процеживают.

823. Бульон концентрированный (фюме)

	БРУТТО	НЕТТО
Кости пищевые	5000	5000
Вода	7500	7500
Морковь	75	60
Лук репчатый	71	60
Петрушка (корень)	80	60
или сельдерей (корень)	88	60
Выход	—	1000

Приготовленный бульон коричневый, как указано в рец. № 822, уваривают в 5 раз при слабом кипении, затем охлаждают и хранят в холодильном шкафу.

Бульон концентрированный (фюме) добавляют в соус красный с эстрагоном, перечный и др., а также используют в качестве полуфабриката для приготовления бульона коричневого.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

824. Соус красный основной

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Бульон коричневый № 822	—	1000	—	1000	-	1000
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	30	30	25	25	20	20
Мука пшеничная	50	50	50	50	50	50
Томатное пюре	200	200	150	150	100	100
Морковь	100	80	100	80	100	80
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	27	20	20	15	—	—
Сахар	25	25	20	20	15	15
Выход	—	1000	—	1000	- -	1000

Нарезанные лук, морковь, петрушку пассеруют с жиром, дооавляют томатное пюре и продолжают пассерование еще 10–15 мин.

Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150–160 С, периодически помешивая, в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-коричневого цвета.

Охлажденную до 70–80°С мучную пассеровку разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящий коричневый бульон, затем добавляют пассерованные с томатным пюре овощи и при слабом кипении варят 45–60 мин. В конце варки добавляют соль, сахар, перец черный горошком, лавровый лист. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Соус красный основной используют для приготовления производных соусов. При использовании его как самостоятельного соус заправляют маргарином столовым (70, 50, 30 г соответственно по I, II, III колонкам).

Подают соус к блюдам из котлетной массы, субпродуктов, сосискам, сарделькам, отварным копченостям.

825. Соус красный основной из соусной пасты

	БРУТТО	НЕТТО
Соусная паста основного красного соуса консервированная[1]	276	275
Бульон коричневый № 822	—	850
Выход	—	1000

[1] Можно использовать соусную пасту основного красного соуса с соусом Южный консервированную, соусную пасту красного соуса с пюре из сладкого перца консервированную.

Соусную пасту разводят небольшим количеством бульона (25–30% к массе соусной пасты), перемешивают до получения однородной массы, добавляют остальное количество бульона, доводят до кипения, варят при слабом кипении в течение 15–20 мин, затем процеживают, протирают и доводят до кипения.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

826. Соус красный с вином

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус красный основной № 824 или № 825	—	900	—	925	—	—

	III		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Вино[1]	100	100	75	75	—	—
Маргарин столовый	70	70	50	50	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1] Используются вина типа мадеры, муската, малаги, портвейна.

В готовый соус красный основной добавляют подготовленное вино (с. 383) и заправляют маргарином.

Для остроты можно добавить соус Южный в количестве 30–50 г на 1 кг соуса.

Подают соус к блюдам из отварного и жареного мяса, птицы и дичи.

827. Соус луковый

Соус красный основной № 824 или № 825	—	800	—	850	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Маргарин столовый	45	45	38	38	30	30
Уксус 9%-ный	75	75	70	70	65	65
Маргарин столовый	30	30	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанный лук слегка пассеруют, добавляют уксус, перец черный горошком, кипятят 5–7 мин, закладывают в соус красный основной и варят 10–15 мин. Соус заправляют маргарином.

Подают соус к биточкам, котлетам, жареной и отварной свинине и другим мясным блюдам. Кроме того, соус используют для запекания мясных блюд.

828. Соус красный с луком и огурцами

Соус красный основной № 824 или № 825	—	800	—	850	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Маргарин столовый	45	45	38	38	30	30
Уксус 9%-ный	75	75	70	70	65	65
Соус Южный	50	50	30	30	20	20
Маргарин столовый	30	30	20	20	20	20
Огурцы маринованные	182	100	127	70	91	50
или огурцы соленые	—	—	117	70	83	50
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанный лук пассеруют, добавляют уксус, перец черный горошком, кипятят 5–7 мин, соединяют с соусом красным основным, варят 10–15 мин, добавляют соус Южный, мелко нарезанные припущенные маринованные или соленые огурцы, очищенные от кожицы и семян. Соус заправляют маргарином.

Соус можно приготовить и без добавления соуса Южный.

Подают соус к блюдам из отварного и жареного мяса и к рубленым изделиям из мяса.

829. Соус луковый с горчицей

Соус красный основной № 824 или № 825	—	800	—	850	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	45	45	38	38	30	30
Горчица столовая	25	25	25	25	25	25
Соус Южный	50	50	30	30	20	20
Маргарин столовый	30	30	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанный пассерованный лук кладут в соус красный основной и варят 10–15 мин. Заправляют соус горчицей столовой, солью, соусом Южный и маргарином. Кипятить этот соус нельзя, так как при этом горчица свертывается крупинками и запах ее теряется.

Подают соус к рубленым изделиям из мяса, к жареной колбасе, сосискам и сарделькам, отварным субпродуктам (вымени).

830. Соус красный с луком и грибами (охотничий)

Соус красный основной № 824 или № 825	—	750	—	800	—	—
Лук репчатый	238	200	179	150	—	—
Грибы белые свежие или шампиньоны свежие	197	150	132	100	—	—
или грибы белые сушеные	41	41	27	27	—	—
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	45	45	38	38	—	—
Вино (белое сухое)	100	100	75	75	—	—
Петрушка (зелень)	14	10	14	10	—	—
Эстрагон	29	10	29	10	—	—
Маргарин столовый	30	30	20	20	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Мелко нарезанный лук слегка пассеруют. Грибы свежие, предварительно припущенные до полуготовности, или грибы сушеные вареные нарезают тонкой соломкой и вместе с луком жарят 3–5 мин. Затем поджаренные лук и грибы, перец черный горошком кладут в соус красный основной и варят 10–15 мин. В конце варки в соус добавляют подготовленное белое сухое вино (с. 383), нарезанную зелень петрушки и эстрагона и заправляют маргарином. Соус можно готовить и без вина.

Подают соус к жареной дичи, натуральным жареным котлетам и другим блюдам из мяса.

831. Соус красный с грибами и помидорами

Соус красный основной № 824 или № 825	—	650	—	750	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Грибы белые свежие или шампиньоны свежие	132	100	92	70	66	50
или грибы белые сушеные	27	27	19	19	14	14
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	60	60	45	45	35	35
Эстрагон	29	10	29	10	29	10
Помидоры свежие	118	100	82	70	59	50
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Маргарин столовый	30	30	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Подготовленные лук и грибы, как указано в рец. № 830, соединяют с соусом красным основным и варят 10–15 мин.

Перед окончанием варки в соус добавляют дольки помидоров (без кожицы) и нарезанную зелень эстрагона. После этого соус доводят до кипения, вливают подготовленное вино (с. 383), слегка охлаждают и заправляют маргарином.

Для удаления кожицы помидоры погружают в кипяток на 5–7 с, после чего снимают кожицу и нарезают. Соус можно готовить без эстрагона и вина.

Подают соус к блюдам из жареного, рубленого мяса.

832. Соус красный с кореньями (для тушеного мяса)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус красный основной № 824 или № 825	—	800	—	800	—	800
Морковь	125	100	188	150	250	200
Лук репчатый	89	75	119	100	119	100
Лук порей	66	50	—	—	—	—
Репа	53	40	67	50	93	70
или брюква	51	40	64	50	90	70
Петрушка (корень)	40	30	27	20	13	10
или сельдерей (корень)	44	30	29	20	15	10
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	45	45	45	45	45	45
Горошек зеленый консервированный	46	30	46	30	31	20
Фасоль стручковая консервированная	50	30	33	20	—	—
Вино[1]	100	100	50	50	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1]Используются вина типа мадеры, муската, малаги, портвейна.

Овощи и лук нарезают дольками или брусочками, пассеруют, соединяют с соусом красным основным, добавляют душистый перец горошком и варят 10–15 мин. В конце варки кладут зеленый горошек, нарезанные стручки фасоли, соус доводят до кипения и добавляют подготовленное вино (с. 383). Соус можно готовить и без вина.

833. Соус красный с кореньями (для тефтелей)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус красный основной № 824 или № 825	—	800	—	850	—	900
Морковь	100	80	125	100	188	150
Лук репчатый	119	100	119	100	95	80
или лук порей	132	100	132	100	—	—
Петрушка (корень)	27	20	13	10	—	—
или сельдерей (корень)	29	20	15	10	—	—
Перец сладкий свежий	67	50	53	40	40	30
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	40	40	36	36	30	30
Вино[1]	100	100	50	50	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1]Используются вина типа мадеры, муската, малаги, портвейна.

Овощи и лук нарезают тонкой соломкой, пассеруют. Затем соединяют с готовым соусом красным основным, добавляют душистый перец горошком и варят 10–15 мин, в конце варки добавляют подготовленное вино (с. 383). Соус можно готовить и без вина.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

834. Соус красный с луком и грибами (для запекания рыбы, мяса и овощей)

Соус красный основной № 824 или № 825	—	800	—	850	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Грибы белые сушеные	50	50	40	40	30	30
Маргарин столовый или кулинарный жир	60	60	45	45	40	40
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанный лук слегка пассеруют, добавляют нарезанные соломкой вареные грибы, продолжают пассерование 3–5 мин, соединяют с соусом красным основным, добавляют перец черный горошком и варят 10–15 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, подготовленное вино (с. 383). Соус можно готовить и без вина.

835. Соус красный с эстрагоном

Соус красный основной № 824 или № 825	—	800	—	900	—	—
Эстрагон	114	40	86	30	—	—
Бульон концентрированный (фюме) № 823	—	100	—	50	—	—
Вино (белое сухое)	100	100	75	75	—	—
Маргарин столовый	70	70	50	50	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Стебли эстрагона, нарезанные кусками, кладут в соус красный основной, добавляют фюме и варят 25–30 мин. Листики эстрагона заливают подготовленным вином (с. 383), доводят до кипения и вводят в процеженный соус красный. После этого соус охлаждают и заправляют маргарином. Соус можно готовить без фюме.

Подают соус к блюдам из жареного мяса и птицы.

836. Соус перечный с уксусом

Соус красный основной № 824 или № 825	—	850	—	900	—	1000
Петрушка (корень)	53	40	40	30	27	20
или сельдерей (корень)	59	40	44	30	29	20
Лук репчатый	24	20	18	15	12	10
Петрушка (зелень)	14	10	14	10	14	10
или сельдерей (зелень)	12	10	12	10	12	10
Уксус 9%-ный	75	75	75	75	75	75
Гвоздика	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Перец душистый	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Перец красный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Мускатный орех	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Тмин	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Бульон концентрированный (фюме) № 823	—	100	—	50	—	—
Маргарин столовый	70	70	50	50	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Петрушку, сельдерей и лук мелко режут, кладут в сотейник, добавляют пряности, зелень петрушки или сельдерея, заливают бульоном и тушат под крышкой 15–20 мин. Тушеные овощи с пряностями соединяют с соусом красным основным и варят 10–15 мин. В конце варки добавляют бульон концентрированный (фюме) и уксус, процеживают, доводят до кипения и заправляют красным молотым перцем и маргарином. Соус можно готовить без фюме.

Подают соус к шашлыкам и другим блюдам из жареного мяса и птицы.

837. Соус красный перечный с вином

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус красный основной № 824 или № 825	—	800	—	900	—	—
Петрушка (корень)	107	80	80	60	—	—
или сельдерей (корень)	118	80	88	60	—	—
Лук репчатый	95	80	71	60	—	—
Бульон концентрированный (фюме) № 823	—	100	—	50	—	—
Перец черный горошком	2	2	2	2	—	—
Перец красный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	—	—
Вино (красное сухое)	100	100	75	75	—	—
Маргарин столовый	70	70	50	50	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Мелко нарезанные петрушку, сельдерей, лук кладут в сотейник, заливают бульоном и варят в закрытой посуде 15–20 мин. Затем соединяют с соусом красным основным, добавляют бульон концентрированный (фюме), крупно дробленный перец черный горошком, соль и варят 10–15 мин. Соус процеживают, протирая при этом в него овощи, доводят до кипения и добавляют подготовленное вино (с. 383). В готовый соус кладут красный молотый перец и заправляют маргарином. Соус можно готовить без фюме. Подают его к тем же блюдам, что и соус перечный с уксусом.

838. Соус красный смородиновый

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус красный основной № 824 или № 825	—	750	—	850	—	900
Кости свиных копченостей	200	200	200	200	100	100
Петрушка (зелень)	14	10	14	10	14	10
Эстрагон	29	10	29	10	29	10
Варенье или джем черносмородиновые	150	150	100	100	70	70
Вино (красное сухое)	100	100	75	75	—	—
Маргарин столовый	70	70	50	50	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Кости свиных копченостей рубят, слегка обжаривают, добавляют бульон и тушат в закрытой посуде 25–30 мин. После этого процеженный бульон соединяют с соусом красным основным, добавляют черносмородиновое варенье или джем, душистый перец горошком, зелень петрушки, эстрагон и варят еще 10–15 мин. Затем соус процеживают, протирая при этом ягоды, доводят до кипения, добавляют подготовленное вино (с. 383) и заправляют маргарином. Соус можно готовить и без вина.

Подают соус к блюдам из жареного мяса, дичи и котлетной массы.

839. Соус красный с мандаринами или апельсинами

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Соус красный основной № 824 или № 825	—	800	—	850	—	—
Мандарины	270	200	203	150	—	—
или апельсины	299	200	224	150	—	—
Вино (красное сухое)	100	100	75	75	—	—
Маргарин столовый	70	70	50	50		
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Мандарины или апельсины очищают и нарезают ломтиками. Цедру режут тонкой соломкой, ошпаривают кипятком для удаления горечи, потом кладут в красное вино, кипятят 3–5 мин, затем добавляют в готовый соус красный основной, доводят до кипения и заправляют маргарином. Мандарины или апельсины кладут в соус при отпуске.

Подают соус к жареным блюдам из птицы или дичи.

840. Соус красный с ветчиной, каперсами и грибами

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Соус красный основной № 824 или № 825	—	750	—	800	—	—
Лук репчатый	119	100	119	100	—	—
Окорок копчено-вареный (со шкурой)	132	100	66	50	—	—
Грибы белые свежие или шампиньоны свежие	99	75	66	50	—	—
или грибы белые сушеные	20	20	14	14	—	—
Огурцы маринованные (корнишоны)	91	50	91	50	—	—
Каперсы консервированные	60	30	60	30	—	—
Уксус 9%-ный	75	75	50	50	—	—
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	40	40	30	30	—	—
Маргарин столовый	30	30	20	20	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Мелко нарезанный лук слегка пассеруют, добавляют ветчину, нарезанную мелкими кубиками, и жарят 3–5 мин. Затем кладут нарезанные грибы свежие, предварительно припущенные до полуготовности, или грибы сушеные вареные, добавляют нарезанные мелкими кубиками корнишоны, каперсы, уксус, перец черный горошком и тушат 15–20 мин. После этого соединяют с соусом красным основным, варят 10–15 мин и заправляют маргарином.

Подают соус к блюдам из жареного мяса и кролика.

841. Соус красный кисло-сладкий

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Соус красный основной № 824 или № 825	—	750	—	850	—	900
Чернослив	107	120[1]	80	90[1]	62	70[1]
Изюм	51	50	41	40	31	30
Орехи грецкие	111	50	—	—	—	—
Вино (красное сухое)	50	50	—	—	—	—
Уксус 9%-ный	—	—	30	30	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1]Масса вареного чернослива без косточки.

Сухофрукты перебирают и моют. Чернослив варят в небольшом количестве воды и освобождают от косточки. Орехи очищают от скорлупы и оболочки и нарезают на кусочки. Подготовленные сухофрукты и орехи кладут в отвар от чернослива, добавляют перец душистый горошком и тушат под крышкой 7–10 мин, соединяют с соусом красным основным, доводят до кипения, вводят подготовленное вино (с. 383) или уксус. Подают соус к блюдам из отварного, тушеного мяса и птицы.

СОУСЫ БЕЛЫЕ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ

Соус белый основной приготовляют на бульоне мясном, соединенном с пассерованной на жире мукой и овощами.

Бульон для белых соусов варят из пищевых костей. Кроме того, используют бульоны, полученные при варке говядины, птицы и других мясных продуктов.

842. Бульон

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кости пищевые[1]	1000	1000	750	750	500	500
Вода	1400	1400	1400	1400	1400	1400
Лук репчатый	14	12	14	12	14	12
Морковь	15	12	15	12	15	12
Петрушка (корень)	16	12	16	12	16	12
или сельдерей (корень)	18	12	18	12	18	12
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Используют только кости говяжьи, телячьи и птицы.

Кости, промытые и нарубленные на куски длиной 5–7 см (у позвоночных костей удаляют костный мозг), заливают холодной водой, доводят до кипения, удаляют пену и варят при слабом кипении в течение 3–4 ч, периодически удаляя жир. За 40–60 мин до окончания варки в бульон кладут овощи. Готовый бульон процеживают.

843. Соус белый основной

Бульон № 842	—	1100	—	1100	—	1100
Маргарин столовый	50	50	50	50	50	50
Мука пшеничная	50	50	50	50	50	50
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	40	30	27	20	13	10
или сельдерей (корень)	44	30	29	20	15	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В растопленный жир всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно пассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку, охлажденную до 60–70°С, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон. После этого в соус кладут нарезанные петрушку, сельдерей, лук и варят 25–30 мин. В конце варки добавляют соль, перец черный горошком, лавровый лист. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Готовый соус используют для приготовления производных соусов. Если соус используется как самостоятельный, его заправляют кислотой лимонной (1 г) и жиром (70, 50, 30 г соответственно по I, II, III колонкам).

Соус белый основной подают к блюдам из отварного и припущенного мяса и птицы.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

844. Соус паровой

Соус белый основной № 843	—	900	—	950	—	1000
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Кислота лимонная	1	1	1	1	1,5	1,5
Маргарин столовый или масло сливочное	70	70	50	50	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В соус белый основной добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения и вливают подготовленное вино (с. 383). Соус заправляют маргарином или сливочным маслом. В готовый соус можно добавить припущенные шампиньоны в количестве 50 г на 1 кг соуса.

Подают соус к отварным блюдам из мяса и птицы, котлетам из телятины, птицы и дичи.

845. Соус белый с яйцом

Соус белый основной № 843	—	800	—	900	—	1000
Яйца (желтки)	4 шт.	64	3 шт.	48	2 шт.	32
Маргарин столовый или масло сливочное	100	100	75	75	50	50
Кислота лимонная	1	1	1	1	1	1
Мускатный орех	1	1	1	1	1	1
Сливки или бульон	100	100	75	75	50	50
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Сырые яичные желтки соединяют с кусочками маргарина или масла сливочного, добавляют сливки или бульон и проваривают на водяной бане при температуре 75–80°C, непрерывно помешивая. Как только смесь загустеет, в нее при непрерывном помешивании добавляют горячий соус белый основной, с такой же температурой, тертый мускатный орех, кислоту лимонную, соль.

Подают соус к отварным и припущенным блюдам из телятины, птицы и дичи.

846. Соус белый с овощами

Соус белый основной № 843	—	850	—	900	—	950
Морковь	50	40	75	60	100	80
Петрушка (корень)	53	40	40	30	13	10
или сельдерей (корень)	59	40	44	30	29	20
Репа	27	20	40	30	67	50
или брюква	26	20	38	30	64	50
Лук репчатый	—	—	36	30	24	20
Лук порей	53	40	—	—	—	—
Фасоль овощная (лопатка) свежая	56	50	33	30	22	20
Маргарин столовый	25	25	25	25	25	25
Кислота лимонная	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Маргарин столовый	50	50	30	30	20	20
или масло сливочное	50	50	30	30	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Корнеплоды и лук нарезают кубиками, пассеруют в течение 3–5 мин, подливают немного бульона и припускают до готовности в посуде, закрытой крышкой. Отдельно варят зеленые лопатки фасоли и репу или брюкву. Репу и брюкву перед варкой следует обдать кипятком для удаления запаха, а воду слить. Готовые овощи заливают соусом белым основным, дают прокипеть, добавляют кислоту лимонную, соль и заправляют маргарином или маслом сливочным.

Подают соус к блюдам из отварной баранины, телятины, кролика, птицы, а также к паровым котлетам из мяса.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

847. Соус белый с каперсами

Соус белый основной № 843	—	750	—	800	—	900
Каперсы консервированные	400	200	350	175	200	100
Кислота лимонная	1	1	1	1	1	1
Маргарин столовый	50	50	30	30	20	20
или масло сливочное	50	50	30	30	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Готовый соус белый основной заправляют солью, кислотой лимонной, красным перцем, добавляют прогретые каперсы без рассола и заправляют жиром.

Подают соус к блюдам из отварной свинины, баранины, блюдам из кролика.

848. Соус томатный

Бульон № 842	—	500	—	700	—	900
Маргарин столовый	25	25	35	35	45	45
Мука пшеничная	25	25	35	35	45	45
Морковь	50	40	63	50	75	60
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	40	30	27	20	—	—
Томатное пюре	500	500	350	350	250	250
Маргарин столовый	25	25	20	20	15	15
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанные коренья, лук пассеруют, добавляют томатное пюре, продолжают пассерование еще 15–20 мин, соединяют с белым соусом (рец. № 843) и варят 25–30 мин. В конце варки добавляют соль, сахар, перец черный горошком. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов. При использовании его как самостоятельного соус заправляют кислотой лимонной (0,5 г) и жиром (70, 50, 30 г соответственно по I, II, III колонкам). По I и II колонкам можно добавить вино белое сухое 100 и 75 г соответственно.

Подают соус к блюдам из жареного мяса, субпродуктов (мозгов) и овощей.

849. Соус томатный с грибами

Соус томатный № 848	—	700	—	800	—	900
Лук репчатый	238	200	179	150	119	100
Грибы белые свежие или						
шампиньоны свежие	197	150	158	120	118	90
или грибы белые сушеные	41	41	32	32	24	24
Маргарин столовый	20	20	15	15	10	10
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Чеснок	4	3	4	3	4	3
Маргарин столовый или						
масло сливочное	40	40	30	30	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанный лук слегка пассеруют, добавляют припущенные до полуготовности и нарезанные ломтиками свежие или сушеные вареные грибы и продолжают жарить 3–5 мин. Затем соединяют с томатным соусом и варят 10–15 мин. В конце варки кладут измельченный чеснок, вливают подготовленное вино (с. 383) и заправляют маргарином или маслом сливочным. Соус можно готовить и без вина.

Подают соус к блюдам из отварного, жареного мяса и птицы, изделиям из котлетной массы.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

850. Соус томатный с грибами и овощами

Соус томатный № 848	—	700	—	800	—	900
Лук репчатый	298	250	179	150	119	100
Грибы белые свежие или шампиньоны свежие	197	150	158	120	118	90
или грибы белые сушеные	41	41	32	32	24	24
Перец сладкий	100	75	87	65	67	50
Морковь	13	10	25	20	38	30
Петрушка (корень)	27	20	20	15	13	10
или сельдерей (корень)	29	20	22	15	15	10
Маргарин столовый	35	35	30	30	25	25
Эстрагон	14	5	14	5	14	5
Шпинат	14	10	14	10	7	5
Чеснок	4	3	4	3	4	3
Маргарин столовый	30	30	20	20	20	20
или масло сливочное	30	30	—	—	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Лук, морковь, петрушку, перец сладкий стручковый режут кубиками или соломкой, пассеруют, добавляют предварительно припущенные до полуготовности свежие или сушеные вареные грибы, нарезанные ломтиками, и поджаривают 3–5 мин, затем соединяют с соусом томатным и варят 10–15 мин. В конце варки кладут зелень эстрагона, шпинат, измельченный чеснок, заправляют маргарином или сливочным маслом.

Подают соус к блюдам из жареной птицы, свинины, телятины.

СОУСЫ НА БУЛЬОНЕ РЫБНОМ

На бульоне рыбном готовят преимущественно белые соусы, которые используют только для рыбных блюд.

Их основой являются бульон рыбный и мука пшеничная, пассерованная до светло-кремового цвета на жире или без жира (сухая пассеровка).

В эти соусы добавляют петрушку, сельдерей, лук репчатый, кислоту лимонную, виноградное сухое вино и другие продукты.

Бульон рыбный варят из рыбных пищевых отходов. Кроме того, для приготовления соусов используют бульоны, получаемые при варке и припускании рыбы, для которой эти соусы предназначены.

851. Бульон рыбный

Пищевые рыбные отходы (головы, кости, плавники)	1000	1000	750	750	500	500
Вода	1250	1250	1250	1250	1250	1250
Петрушка (корень)	16	12	16	12	16	12
или сельдерей (корень)	18	12	18	12	18	12
Лук репчатый	14	12	14	12	14	12
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Обработанные головы, кости, плавники рыб заливают холодной водой и быстро доводят до кипения, снимают пену и жир, добавляют овощи, уменьшают нагрев и варят 50–60 мин при медленном кипении. Готовый бульон процеживают.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

852. Соус белый основной

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Бульон рыбный № 851	—	1100	—	1100	—	1100
Маргарин столовый	50	50	50	50	50	50
Мука пшеничная	50	50	50	50	50	50
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	40	30	27	20	13	10
или сельдерей (корень)	44	30	29	20	15	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Этот соус готовят так же, как белый основной на мясном бульоне (рец. № 843), подают его к блюдам из отварной и припущенной рыбы.

853. Соус паровой

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Соус белый основной № 852	—	900	—	950	—	1000
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Кислота лимонная	1	1	1	1	1,5	1,5
Маргарин столовый или масло сливочное	70	70	50	50	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Приготовляют так же, как соус паровой на мясном бульоне (рец. № 844).
Подают соус к блюдам из отварной и припущенной рыбы.

854. Соус белый (для запекания рыбы)

	БРУТТО	НЕТТО
Бульон рыбный № 851	—	1100
Маргарин столовый	50	50
Мука пшеничная	50	50
Выход	—	1000

Муку, слегка пассерованную на жире, разводят бульоном, проваривают при слабом кипении 15–20 мин, солят и процеживают.

855. Соус–белое вино

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Соус белый основной № 852	—	800	—	900	—	—
Вино (белое сухое)	100	100	75	75	—	—
Яйца (желтки)	4 шт.	64	3 шт.	48	—	—
Маргарин столовый или масло сливочное	100	100	75	75	—	—
Кислота лимонная	1	1	1	1	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

В готовый соус белый основной добавляют подготовленное вино (с. 383), охлаждают до 75–80°С. Затем при непрерывном помешивании вводят яичные желтки, проваренные с кусочками сливочного масла (рец. № 845), заправляют кислотой лимонной и солят.

Подают соус к блюдам из отварной и припущенной рыбы.

856. Соус белый с рассолом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус белый основной № 852	—	900	—	950	--	1000
Вино (белое сухое)	50	50	—	—	—	—
Огуречный рассол	100	100	150	150	150	150
Кислота лимонная	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Маргарин столовый или масло сливочное	100	100	75	75	50	50
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В соус белый основной добавляют прокипяченный и процеженный огуречный рассол и варят 5–10 мин. В готовый соус кладут соль, кислоту лимонную, добавляют подготовленное вино (с. 383) и заправляют жиром.

Подают соус к блюдам из отварной и припущенной рыбы.

857. Соус томатный

Бульон рыбный № 851	—	500	—	700	—	900
Маргарин столовый	25	25	35	35	45	45
Мука пшеничная	25	25	35	35	45	45
Морковь	50	40	63	50	75	60
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	40	30	27	20	13	10
Томатное пюре	500	500	350	350	250	250
Маргарин столовый	25	25	20	20	15	15
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Этот соус приготовляют так же, как соус томатный на мясном бульоне (рец. № 848).

Соус томатный служит основой для приготовления производного соуса. При использовании его как самостоятельного соус заправляют кислотой лимонной (0,5 г) и жиром (70, 50, 30 г соответственно по I, II, III колонкам).

По I и II колонкам можно добавить вино белое сухое 100 и 75 г соответственно.

Подают соус к блюдам из отварной, припущенной, жареной рыбы и рыбной котлетной массы.

858. Соус томатный с овощами

Соус томатный № 857	—	700	—	800	—	900
Морковь	175	140	188	150	225	180
Лук репчатый	167	140	143	120	119	100
Петрушка (корень)	80	60	53	40	27	20
Маргарин столовый	50	50	40	40	30	30
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Кислота лимонная	0,5	0,5	0,5	0,5	1	1
Маргарин столовый или масло сливочное	40	40	30	30	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Морковь, петрушку и лук репчатый режут мелкими кубиками и пассеруют. Затем соединяют с соусом томатным, добавляют перец черный горошком, варят 10–15 мин, в конце приготовления добавляют лавровый лист, вливают подготовленное вино (с. 383), добавляют кислоту лимонную и заправляют маргарином или маслом сливочным. Соус можно готовить и без вина.

Подают соус к блюдам из отварной, припущенной, жареной рыбы и рыбной котлетной массы.

СОУСЫ МОЛОЧНЫЕ

Соусы молочные готовят на цельном молоке или молоке, разведенном бульоном или водой, с добавлением пшеничной муки, пассерованной до светло-кремового цвета на масле сливочном.

В зависимости от использования соусы молочные приготовляют различной консистенции: жидкие, средней густоты и густые. Жидкие соусы используют при отпуске овощных, крупяных и других блюд; соусы средней густоты – для запекания мяса, рыбы, овощей и для заправки отварных овощей (моркови, репы и др.); густые – для фарширования.

859. Соус молочный (для подачи к блюду)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	1000	1000	750	750	500	500
Масло сливочное	50	50	50	50	55	55
Мука пшеничная	50	50	50	50	55	55
Бульон или вода	—	—	250	250	500	500
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход.	—	1000	—	1000	—	1000

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком или молоком с добавлением бульона или воды и варят 7–10 мин при слабом кипении. Затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

Для приготовления «Соуса молочного с луком» лук репчатый пассеруют, соединяют с готовым соусом молочным (1000 г), варят 7–10 мин. Соус процеживают, протирая при этом лук, доводят до кипения и заправляют красным перцем (масса нетто лука репчатого 250, 200, 150 г и масла сливочного – 25, 20, 15 г соответственно по I, II, III колонкам на 1000 г выхода соуса).

Подают соус к котлетам натуральным и к жареному мясу.

860. Соус молочный (сладкий)

Молоко	1000	1000	750	750	500	500
Масло сливочное	40	40	40	40	45	45
Мука пшеничная	40	40	40	40	45	45
Вода	—	—	250	250	500	500
Сахар	120	120	100	100	80	80
Ванилин	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В соус молочный жидкий, приготовленный, как указано в рец. № 859, добавляют сахар и ванилин, предварительно растворенный в горячей кипяченой воде.

Подают соус к пудингам, запеканкам, крупяным и овощным блюдам.

861. Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)

Молоко	1000	1000	750	750	500	500
Масло сливочное	100	100	100	100	110	110

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	100	100	100	100	110	110
Бульон или вода	—	—	250	250	500	500
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Соус молочный средней густоты приготовляют так же, как указано в рец. № 859. Для улучшения вкуса и эластичности в соус можно добавить сырые яичные желтки 2–3 шт. на 1 кг соуса.

862. Соус молочный густой (для фарширования)

Молоко	900	900	750	750	—	—
Масло сливочное	130	130	130	130	—	—
Мука пшеничная	130	130	130	130	—	—
Бульон или вода	—	—	150	150	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Соус приготовляют так же, как соус молочный (рец. № 859). Используют его для фаршированных блюд из птицы, дичи и др.

СОУСЫ СМЕТАННЫЕ

Соусы сметанные готовят из сметаны с добавлением муки пшеничной и масла сливочного или маргарина (натуральные) и из сметаны с добавлением соуса белого, приготовленного на бульоне (мясном, рыбном) или овощном отваре. Соусы сметанные, приготовленные на бульоне мясном или овощном отваре, используют для мясных, рыбных и овощных блюд, а соусы сметанные на бульоне рыбном – только для рыбных блюд.

863. Соус сметанный

Сметана	1000	1000	500	500	250	250
Масло сливочное	50	50	—	—	—	—
Мука пшеничная	50	50	50	50	75	75
Бульон или отвар	—	—	500	500	750	750
Масса белого соуса	—	—	—	500	—	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Для соуса сметанного натурального (по I колонке) муку слегка пассеруют без масла, охлаждают, смешивают с маслом, кладут в сметану, доведенную до кипения, размешивают, заправляют солью и перцем, варят 3–5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Для приготовления соуса сметанного с добавлением соуса белого (II и III колонки) в горячий соус белый кладут прокипяченную сметану, соль, варят 3–5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Подают соус к мясным, овощным и рыбным блюдам или используют для приготовления грибных горячих закусок, для запекания грибов, рыбы, мяса и овощей.

864. Соус сметанный с томатом

Сметана	1000	1000	—	—	—	—
Масло сливочное	50	50	—	—	—	—
Мука пшеничная	50	50	—	—	—	—
Томатное пюре	100	100	100	100	100	100
Соус сметанный № 863	—	—	—	1000	—	1000
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Для приготовления соуса по I колонке в пассерованную на масле муку добавляют томатное пюре и продолжают пассерование 7–10 мин. Готовую охлажденную до 70°С пассеровку разводят горячей сметаной; по II и III колонкам томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

«Соус сметанный с томатом острый» готовят с добавлением перца красного молотого (2 г на 1000 г).

Используют соус для приготовления запеченных блюд из овощей.

865. Соус сметанный с луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус сметанный № 863	—	800	—	850	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Масло сливочное или маргарин столовый	30	30	25	25	20	20
Соус Южный	40	40	30	30	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Лук репчатый шинкуют, пассеруют до готовности, не изменяя цвета, кладут в готовый соус сметанный, добавляют соус Южный и доводят до кипения.

Подают соус к лангету и блюдам из котлетной массы.

866. Соус сметанный с томатом и луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус сметанный № 863	—	800	—	850	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Масло сливочное или маргарин столовый	30	30	25	25	20	20
Томатное пюре	100	100	100	100	100	100
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанный лук пассеруют, добавляют томатное пюре и пассеруют еще 5–7 мин, затем соединяют с соусом сметанным и дают прокипеть.

Соус используют для приготовления тефтелей и блюд из овощей.

867. Соус сметанный с хреном

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус сметанный № 863	—	800	—	800	—	800
Хрен (корень)	313	200	313	200	313	200
Масло сливочное или маргарин столовый	20	20	15	15	10	10
Уксус 9%-ный	75	75	75	75	75	75
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Натертый хрен прогревают на масле (для удаления резкого вкуса), добавляют уксус, перец черный горошком, лавровый лист и кипятят 3–5 мин. Затем удаляют перец, лавровый лист, смешивают с готовым соусом сметанным и дают прокипеть.

Подают соус к отварному мясу, языку, ветчине, рулету, поросенку жареному.

СОУСЫ ГРИБНЫЕ

Соусы грибные готовят на отваре из грибов сушеных. В соус кладут готовые грибы, нарезанные в виде соломки или мелко рубленные.

Соус грибной подают к картофельным, крупяным блюдам – котлетам, биточкам, запеканкам, рулетам и т. п. Его можно подавать также к мясным биточкам, котлетам и др.

Соусы грибные можно готовить на масле растительном, топленом или сливочном.

868. Соус грибной

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Грибы сушеные	40	40	30	30	20	20
Вода	—	860	—	920	—	980
Отвар грибной	—	750	—	800	—	850
Маргарин столовый	38	38	40	40	43	43
Мука пшеничная	38	38	40	40	43	43
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Маргарин столовый	30	30	25	25	20	20
Масло сливочное	30	30	—	—	—	—
или маргарин столовый	—	—	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Готовят отвар грибной (с. 77).

Нарезанный лук репчатый пассеруют, добавляют вареные измельченные грибы и продолжают жаренье еще 3–5 мин. Пассерованную на жире муку разводят отваром грибным горячим, варят 45–60 мин, солят и процеживают, затем кладут пассерованный лук с грибами и варят 10–15 мин. Готовый соус заправляют маслом сливочным или маргарином.

869. Соус грибной с томатом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус грибной № 868	—	875	—	900	—	950
Томатное пюре	140	140	110	110	80	80
Маргарин столовый	14	14	11	11	8	8
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Томатное пюре пассеруют с жиром и соединяют с готовым соусом грибным.

870. Соус грибной кисло-сладкий

	БРУТТО	НЕТТО
Соус грибной с томатом № 869	—	950
Изюм	20,5	20
Чернослив	45	50[1]
Уксус 9%-ный	10	10
Сахар	10	10
Выход	—	1000

[1] Масса вареного чернослива без косточки.

В соус грибной с томатом добавляют сахар, уксус, перебранный и промытый изюм, чернослив (без косточек) (рец. № 841), перец черный горошком и варят 10–15 мин, в конце приготовления добавляют лавровый лист.

СОУСЫ ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЕ

В состав яично-масляных соусов входит большое количество масла, яиц и других питательных продуктов.

Для приготовления соусов вместо масла сливочного можно использовать маргарин столовый.

Подают яично-масляные соусы к отварной рыбе, некоторым видам овощей и крупяным блюдам.

871. Соус польский

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное	700	700	325	325	215	215
Яйца	8 шт.	320	6 шт.	240	4 шт.	160
Петрушка (зелень) или укроп (зелень)	27	20	27	20	27	20
Кислота лимонная	2	2	2	2	2	2
Бульон рыбный	—	—	450	450	650	650
Масло сливочное	—	—	25	25	35	35
Мука пшеничная	—	—	25	25	35	35
Масса соуса белого	—	—	—	450	—	650
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Для приготовления соуса по I колонке в растопленное масло сливочное кладут мелко нарезанные крутые яйца, зелень петрушки или укропа, соль и кислоту лимонную. По II и III колонкам в приготовленный соус белый добавляют масло сливочное, мелко нарезанные крутые яйца, соль, кислоту лимонную и зелень.

Подают соус к блюдам из нежирной отварной рыбы.

872. Соус голландский (1-й вариант)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца (желтки)	12 шт.	192	8 шт.	128	4 шт.	64
Масло сливочное	600	600	400	400	200	200
Вода	100	100	70	70	50	50
Масса соуса яично-масляного	—	800	—	500	—	250
Мука пшеничная	15	15	38	38	56	56
Масло сливочное	15	15	38	38	56	56
Бульон или отвар	200	200	500	500	750	750
Масса соуса белого	—	200	—	500	—	750
Лимон	160	67	—	—	—	—
или кислота лимонная	—	—	1	1	1	1
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В желтки, смешанные с холодной кипяченой водой, кладут кусочки масла сливочного (1/3 часть) и проваривают смесь на водяной бане, непрерывно помешивая до загустения (температура 75–80°С). Затем вливают тонкой струйкой оставшуюся часть растопленного масла сливочного и после полного соединения его с желтками смешивают с соусом белым, солят, заправляют соком лимонным или кислотой лимонной и процеживают.

Подают соус к блюдам из отварных овощей и рыбы.

В «Соус голландский с уксусом» вместо сока лимонного или кислоты лимонной используют уксус 9%-ный (50 г) и 1 г крупно дробленного перца черного горошком на 1000 г выхода готового соуса по всем трем колонкам. При этом перец черный горошком заливают уксусом, добавляют холодную воду, яичные желтки и далее готовят, как описано выше.

873. Соус голландский (2-й вариант)	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное	800	800
Яйца (желтки)	12 шт.	192
Вода	150	150
Лимон	160	67
Выход	—	1000

Приготовление соуса по 2-му варианту отличается от 1-го тем, что в него не вводится соус белый. Подают его к цветной капусте, спарже, артишокам, к отварным рыбным блюдам.

В «Соус голландский с уксусом» вместо сока лимонного используют 50 г уксуса 9%-ного на 1000 г выхода готового соуса. Подают его к блюдам из жареного мяса и рыбы.

874. Соус голландский с горчицей

Соус (1-й вариант) № 872 или (2-й вариант) № 873	—	1000
Горчица столовая	50	50
Выход	—	1000

В готовый соус голландский или соус голландский с уксусом добавляют горчицу столовую. Подают соус к блюдам из жареной и отварной рыбы.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
875. Соус голландский с каперсами						
Соус (1-й вариант) № 872	—	800	—	800	—	—
Каперсы консервированные	400	200	400	200	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

В готовый соус голландский добавляют прогретые каперсы без рассола.
Подают соус к блюдам из припущенной, отварной и жареной рыбы.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
876. Соус голландский со сливками						
Соус (1-й вариант) № 872	—	900	—	900	—	—
Сливки 30%-ные	100	100	100	100	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

В готовый соус голландский перед подачей добавляют взбитые сливки и аккуратно перемешивают.

Подают соус к блюдам из десертных овощей (спаржи, цветной капусты, артишоков), отварной и припущенной рыбы.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

877. Соус яичный сладкий

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	5 шт.	200	4 шт.	160	—	—
Яйца (желтки)	5 шт.	80	4 шт.	64	—	—
Сахар	300	300	300	300	—	—
Вино (белое сухое)	500	500	300	300	—	—
Лимон	81	34	—	—	—	—
Вода	—	—	250	250	—	—
Кислота лимонная	—	—	0,5	0,5	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

В посуду выпускают целые яйца и желтки, добавляют сахар и тщательно растирают. Затем добавляют подготовленное вино (с. 383), лимонную цедру, снятую в виде ленты (по I колонке), или воду и кислоту лимонную (по II колонке) и, непрерывно взбивая венчиком, проваривают на водяной бане при температуре 75–80°С до образования густой пенистой массы. По окончании варки цедру удаляют и добавляют сок лимонный.

Подают соус к пудингам, шарлоткам, спарже, артишокам.

878. Соус сухарный

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное	900	900	800	800	700	700
Сухари пшеничные	200	200	300	300	400	400
Лимон	160	67	—	—	—	—
Кислота лимонная	—	—	2	2	2	2
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Масло сливочное нагревают до тех пор, пока не выпарится влага и не образуется светло-коричневый осадок. Затем масло процеживают и добавляют в него молотые поджаренные сухари, соль, сок лимонный или кислоту лимонную.

Подают соус к блюдам из отварных овощей.

СМЕСИ МАСЛЯНЫЕ

Смеси масляные используют для приготовления и оформления бутербродов, мясных и рыбных блюд.

К смесям масляным относят масло зеленое, килечное, селедочное, раковое, пасту сырную, желтковую, пасту из брынзы.

879. Масло зеленое, или килечное, или селедочное

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	Масло зеленое		Масло килечное		Масло селедочное	
Масло сливочное	850	850	840	840	750	750
Петрушка (зелень)	216	160	—	—	—	—
Лимон	81	34	—	—	—	—
или кислота лимонная	2	2	—	—	—	—
Кильки (пресервы)[1]	—	—	400	180	—	—
Горчица столовая	—	—	—	—	30	30
Сельдь (вымоченная)[1]	—	—	—	—	521	250
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Нормы закладки даны на кильку (в банках) при разделке на филе (мякоть), сельдь неразделанную соленую среднюю при разделке на филе (мякоть).

Масло зеленое. В размягченное масло сливочное добавляют рубленую зелень петрушки, сок лимонный или разведенную кислоту лимонную, тщательно перемешивают, придают форму батончика и охлаждают. Перед использованием нарезают.

Подают масло зеленое к бифштексам, антрекотам, к рыбе жареной.

Масло килечное. Филе килек протирают, тщательно перемешивают с маслом сливочным, формуют и охлаждают. Перед использованием нарезают.

Подают масло килечное к горячему отварному картофелю, блинам, используют для приготовления бутербродов.

Масло селедочное. Филе сельди протирают и взбивают с маслом сливочным и горчицей. Далее готовят, как масло килечное.

Подают масло селедочное к горячему отварному картофелю, блинам, используют для приготовления бутербродов.

880. Масло раковое, или сырное, или масло с горчицей

	Масло раковое		Масло сырное		Масло с горчицей	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное	1200	1200	800	800	900	900
Каркасы раков	600	600	—	—	—	—
Сыр рокфор	—	—	234	220	—	—
Горчица столовая	—	—	—	—	125	125
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Масло раковое. Подсушенные каркасы вареных раков измельчают, соединяют с маслом сливочным и слегка поджаривают, чтобы масло приняло окраску раков. Затем вливают горячую воду, доводят до кипения, дают отстояться маслу на поверхности, после чего его снимают и процеживают. Масло охлаждают, формуют и используют для оформления блюд.

Масло сырное или с горчицей. Размягченное масло сливочное взбивают с тертым сыром рокфор или с горчицей, охлаждают, формуют.

Используют для приготовления бутербродов, сандвичей и оформления блюд.

881. Паста желтковая

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца (желтки)	$43^3/_4$ шт.	700	50 шт.	800	—	—
Масло сливочное	200	200	250	250	—	—
Сливки	150	150	—	—	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

От яиц, сваренных вкрутую, отделяют желтки, протирают, солят и соединяют с размягченным маслом сливочным и сливками взбитыми. Используют пасту для бутербродов, сандвичей и канапе, а также для оформления банкетных блюд, закусок из яиц.

882. Паста сырная

Сыр голландский, или швейцарский	—	—	598	550	870	800
или степной, или костромской, или сыры плавленые, или копченые	—	—	573	550	833	800
Масло сливочное	—	—	500	500	250	250
Перец красный молотый	—	—	3	3	3	3
Выход	—	—	—	1000	—	1000

Зачищенный сыр натирают, соединяют с маслом сливочным, добавляют красный перец, протирают и взбивают до образования пышной массы. Пасту можно готовить без перца.
Используют сырную пасту для приготовления бутербродов.

883. Паста из брынзы

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Брынза	—	—	781	750	885	850
Сметана	—	—	300	300	200	200
Выход	—	—	—	1000	—	1000

В протертую брынзу добавляют сметану и тщательно перемешивают. Пасту можно готовить с перцем красным молотым (3 г перца на 1000 г выхода).
Используют пасту для приготовления бутербродов.

СОУСЫ ХОЛОДНЫЕ

Соусы холодные подают к холодным блюдам из рыбы, мяса, птицы, дичи, овощей. К этим соусам относятся майонез, хрен с уксусом, хрен со сметаной, а также овощные маринады и заправки для салатов, сельди.

884. Соус майонез[1]

Масло растительное	750	750	563	563	375	375
Яйца (желтки)	6 шт.	96	$4^1/_2$ шт.	72	3 шт.	48
Горчица столовая	25	25	25	25	25	25
Сахар	20	20	20	20	20	20
Уксус 3%-ный	150	150	—	—	—	—
Бульон	—	—	—	300	—	500
Уксус 9%-ный	—	—	50	50	50	50
Мука пшеничная	—	—	25	25	50	50
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Готовят только при отсутствии майонеза промышленного производства.

В растертые сырые желтки с солью, сахаром и горчицей постепенно тонкой струйкой при непрерывном одностороннем помешивании вливают масло растительное. Когда масло соединится с желтками и смесь превратится в густую однородную массу, вливают уксус (по I колонке). В соус, приготавливаемый по II и III колонкам, добавляют процеженный остывший соус белый. Муку для соуса белого прогревают без жира, не допуская изменения цвета, охлаждают, затем разводят холодным бульоном, смешанным с уксусом, доводят до кипения и охлаждают. Вместо муки можно употреблять крахмал картофельный или маисовый (кукурузный).

885. Соус майонез со сметаной

Майонез[1]	670	670	470	470	245	245
Сметана	350	350	550	550	775	775
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Здесь и далее в рецептурах используют майонез промышленного производства.

В майонез добавляют сметану и перемешивают.

Подают соус к холодным блюдам из мяса, рыбы, а также используют для заправки салатов.

886. Соус майонез с желе (банкетный)

	БРУТТО	НЕТТО
Майонез	410	410
Желе мясное или рыбное № 897	600	600
Выход	—	1000

Желе мясное или рыбное распускают до жидкого состояния, добавляют в майонез и на холоде взбивают до полузагустевшего состояния.

Используют соус для оформления блюд из рыбы, мяса, птицы и др.

887. Соус майонез с корнишонами

	БРУТТО	НЕТТО
Майонез	730	730
Огурцы маринованные (корнишоны)	455	250
Соус Южный	40	40
Выход	—	1000

Огурцы маринованные (корнишоны) мелко режут, соединяют с майонезом, добавляют соус Южный и перемешивают.

Подают соус к холодным и горячим блюдам из мяса и рыбы.

888. Соус майонез с зеленью

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Майонез	820	820	840	840	—	—
Шпинат-пюре	100	100	100	100	—	—
Эстрагон	100	35	100	35	—	—
Петрушка (зелень)	20	15	20	15	—	—
Укроп (зелень)	14	10	14	10	—	—
Соус Южный	40	40	25	25	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

В майонез добавляют шпинат-пюре, мелко нарезанную зелень петрушки, эстрагона, укропа и соус Южный. Зелень эстрагона предварительно ошпаривают.

Подают соус к холодным и горячим блюдам из мяса и рыбы.

889. Соус майонез с хреном

	БРУТТО	НЕТТО
Майонез	820	820
Хрен (корень)	313	200
Выход		1000

В майонез добавляют ошпаренный и охлажденный мелко натертый хрен.

Подают соус к холодным блюдам из рыбы, к рыбе фаршированной, студню, отварным мясным продуктам.

890. Соус майонез с томатом и луком

	БРУТТО	НЕТТО
Майонез	820	820
Лук репчатый	89	75
Масло растительное	10	10
Эстрагон	29	10
Томатное пюре	100	100
Сахар	20	20
Петрушка (зелень)	41	30
Выход	—	1000

Лук репчатый мелко режут, пассеруют на масле растительном с добавлением томатного пюре в течение 5 мин, добавляют сахар и охлаждают. Затем соединяют с майонезом, рубленой зеленью петрушки и предварительно ошпаренным и охлажденным эстрагоном.

Подают соус к блюдам из отварной холодной рыбы и рыбы жареной.

891. Соус хрен

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант		3-й вариант	
Хрен (корень)	547	350	469	300	469	300
Уксус 9%-ный	—	—	250	250	250	250
Свекла	—	—	255	200[1]	—	—
Сметана	650	650	—	—	—	—
Сахар	15	15	20	20	20	20
Соль	15	15	20	20	20	20
Вода (кипяток)	—	—	250	250	450	450
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

По первому варианту в сметану добавляют натертый хрен и заправляют солью и сахаром. По второму и третьему вариантам натертый хрен заваривают кипятком, накрывают крышкой и дают остыть, затем добавляют соль, сахар и разводят уксусом. В готовый соус хрен (второй вариант) добавляют вареную натертую свеклу.

Подают соус к мясным и рыбным холодным блюдам.

892. Маринад овощной с томатом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	438	350	625	500	750	600
Лук репчатый	298	250	238	200	179	150
или лук порей	329	250	263	200	—	—
Петрушка (корень)	67	50	—	—	—	—
или сельдерей (корень)	74	50	—	—	—	—
Томатное пюре	300	300	200	200	150	150
Масло растительное	100	100	100	100	100	100

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Уксус 3%-ный	300	300	300	300	300	300
Сахар	35	35	30	30	25	25
Бульон рыбный или вода	100	100	100	100	120	120
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Овощи нарезают соломкой, пассеруют на масле растительном, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 7–10 мин. После этого вводят бульон рыбный или воду, уксус, душистый перец горошком, гвоздику, корицу и кипятят 15–20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар.

893. Маринад овощной без томата

Морковь	688	550	875	700	1000	800
Лук репчатый	298	250	238	200	179	150
или лук порей	329	250	263	200	197	150
Петрушка (корень)	67	50	—	—	—	—
или сельдерей (корень)	74	50	—	—	—	—
Масло растительное	100	100	100	100	100	100
Уксус 3%-ный	500	500	500	500	500	500
Сахар	35	35	30	30	25	25
Крахмал картофельный	20	20	20	20	20	20
или мука пшеничная	30	30	30	30	30	30
Вода	40	40	40	40	40	40
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Нарезанные соломкой овощи пассеруют на масле растительном, добавляют уксус, душистый перец горошком, гвоздику, корицу и кипятят 15–20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар, разведенный холодной водой крахмал или муку и прогревают до загустения.

894. Маринад овощной со свеклой

Свекла	510	400[1]	638	500[1]	—	—
Морковь	250	200	—	—	—	—
Лук репчатый	238	200	238	200	—	—
Масло растительное	100	100	100	100	—	—
Томатное пюре	—	—	100	100	—	—
Уксус 3%-ный	400	400	400	400	—	—
Крахмал картофельный	10	10	10	10	—	—
Сахар	20	20	20	20	—	—
Вода	40	40	40	40	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

Свеклу варят в кожуре, очищают и режут соломкой. Морковь, лук, нарезанные соломкой, пассеруют, затем добавляют свеклу, томатное пюре и пассеруют 5–7 мин. После этого вливают уксус, добавляют соль, душистый перец горошком, гвоздику, корицу и кипятят 15–20 мин. В конце варки в маринад добавляют лавровый лист, заправляют сахаром и вводят крахмал, разведенный холодной водой.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

895. Заправка для салатов

	БРУТТО I	НЕТТО I	БРУТТО II	НЕТТО II	БРУТТО III	НЕТТО III
Масло растительное	500	500	350	350	250	250
Уксус 3%-ный	500	500	650	650	750	750
Сахар	40	40	45	45	50	50
Перец черный молотый	2	2	2	2	2	2
Соль	20	20	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Заправку для салатов приготавливают из смеси растительного масла и уксуса с добавлением соли, сахара и перца черного молотого.

Заправку используют для салатов и винегретов.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

896. Заправка горчичная

	БРУТТО I и II	НЕТТО I и II	БРУТТО III	НЕТТО III
Масло растительное	300	300	400	400
Яйца (желтки)	3 шт.	48	—	—
Горчица столовая	50	50	100	100
Уксус 3%-ный	550	550	450	450
Сахар	50	50	50	50
Соль	20	20	10	10
Перец черный молотый	1	1	2	2
Выход	—	1000	—	1000

Горчицу, соль, сахар, перец черный молотый и яичные желтки растирают, разводят уксусом, процеживают и заправляют маслом растительным. Заправку горчичную, приготовленную по I и II колонкам, используют для салатов, а по III – для сельди.

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант		3-й вариант	

897. Желе мясное или рыбное

	БРУТТО 1-й	НЕТТО 1-й	БРУТТО 2-й	НЕТТО 2-й	БРУТТО 3-й	НЕТТО 3-й
Кости пищевые (говяжьи)	1000	1000	—	—	—	—
или пищевые рыбные отходы	1000	1000	—	—	—	—
или кожа свиная	—	—	600	600	—	—
Кожа, кости и чешуя рыбные	—	—	—	—	2000	2000
Масса бульона	—	1000	—	1000	—	1000
Желатин	40	40	—	—	—	—
Морковь	25	20	25	20	25	20
Лук репчатый	24	20	24	20	24	20
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
или сельдерей (корень)	15	10	15	10	15	10
Уксус 9%-ный	15	15	50	50	15	15
Яйца (белки)	3 шт.	72	3 шт.	72	$3^1/_2$ шт.	84
Лавровый лист	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3
Гвоздика	—	—	0,5	0,5	—	—
Перец черный горошком	—	—	0,5	0,5	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Варят бульон с добавлением кореньев. В готовый горячий процеженный и обезжиренный бульон кладут предварительно набухший в холодной кипяченой воде желатин и размешивают до полного его растворения. Затем добавляют соль, лавровый лист, перец черный горошком, гвоздику, уксус и вводят половину нормы яичных белков, тщательно смешанных с пятикратным количеством холодного бульона (оттяжка). Все это размешивают, доводят до кипения, добавляют остальные белки и вновь доводят до кипения. Готовое желе процеживают.

	БРУТТО	НЕТТО

898. Горчица столовая

	БРУТТО	НЕТТО
Горчица сухая (порошок)	290	290
Вода	490	490
Уксус 9%-ный	200	200
Сахар	45	45
Масло растительное	25	25
Соль	35	35
Корица	0,1	0,1
Гвоздика	0,1	0,1
Выход	—	1000

В горячую воду добавляют сахар, соль, корицу, гвоздику, лавровый лист и варят до полного растворения сахара и соли. Полученный отвар процеживают, охлаждают, после чего в него добавляют уксус и размешивают. Горчичный порошок просеивают, смешивают с отваром (50%) и тщательно растирают. Массу периодически перемешивают. В горчицу добавляют остальной отвар и масло растительное. Для того, чтобы горчица была хорошего качества, необходимо дать ей созреть в течение суток. Допускается приготовление горчицы столовой без корицы и гвоздики.

СОУСЫ СЛАДКИЕ И СИРОПЫ

Соусы сладкие и сиропы готовят из свежих, сушеных плодов и ягод, а также из повидла, джема. Подают их к крупяным биточкам, запеканкам, пудингам, блюдам из свежих плодов и ягод, кремам, мороженому и др. Кроме того, сиропы используются для приготовления безалкогольных коктейлей.

899. Соус шоколадный

	БРУТТО	НЕТТО
Какао-порошок	100	100
Сахар	200	200
Молоко цельное сгущенное с сахаром	455	455
Ванилин	0,15	0,15
Вода	300	300
Выход	—	1000

Какао смешивают с сахаром. Молоко сгущенное разводят горячей водой, нагревают до кипения и при непрерывном помешивании вливают в смесь какао с сахаром, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. В охлажденный соус вводят ванилин, растворенный в теплой воде (1:20).

900. Соус ореховый (миндальный)

	БРУТТО	НЕТТО
Миндаль очищенный	372	315[1]
Сахар	135	135
Молоко цельное сгущенное с сахаром	455	455
Молоко	111	105[2]
Вода	50	50
Выход	—	1000

---

[1] Масса миндаля очищенного жареного.

[2] Масса кипяченого молока.

Смесь из сгущенного, натурального молока и воды нагревают до 80–85°С и выдерживают при этой температуре 5–8 мин, непрерывно помешивая. Горячую смесь процеживают, охлаждают до комнатной температуры и смешивают с измельченным очищенным жареным миндалем, растертым с сахаром. У миндаля предварительно снимают кожицу (для этого миндаль погружают на 1–2 мин в кипящую воду), промывают его в холодной воде и подсушивают при 50–70°С.

901. Соус шоколадно-ореховый

	БРУТТО	НЕТТО
Соус № 899	—	510
Соус № 900	—	510
Выход	—	1000

В соус шоколадный добавляют соус ореховый и перемешивают до получения однородной массы.

902. Соус земляничный, или малиновый, или вишневый

	БРУТТО	НЕТТО
Земляника (садовая), или малина, или вишня	600	510
Сахар	600	600
Выход	—	1000

Землянику, или малину, или вишню перебирают, удаляют плодоножку, промывают, у вишен удаляют косточки, пересыпают сахаром и оставляют в холодном месте на 2–3 ч для выделения сока, затем варят 15–20 мин. Готовый соус охлаждают.

903. Соус абрикосовый

	БРУТТО	НЕТТО
Абрикосы свежие	599	515
или курага	110	110
Вода для кураги	400	400
Сахар	600	600
Выход	—	1000

Свежие абрикосы погружают на 30–40 с в кипяток, снимают с них кожицу, разрезают на 4 части, удаляют косточку, засыпают сахаром, выдерживают 2–3 ч и кипятят 5–8 мин. Курагу перебирают, промывают, заливают холодной водой и оставляют на 2–3 ч. Затем ее варят в той же воде до готовности, протирают, добавляют сахар и при помешивании проваривают до загустения. Готовый соус охлаждают.

904. Соус черносмородиновый

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
Смородина черная	367	360	347	340
Сахар	700	700	650	650
Вода	—	—	150	150
Выход	—	1000	—	1000

По первому варианту подготовленные ягоды протирают, добавляют сахар. Полученную массу тщательно перемешивают, раскладывают в чисто вымытые сухие банки и хранят в охлажденном помещении. По второму варианту ягоды протирают, вводят в горячий раствор сахара, доводят до кипения и охлаждают.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

905. Соус коньячный

Молоко	300	300	350	350	—	—
Яйца	5 шт.	200	5 шт.	200	—	—
Сахар	250	250	260	260	—	—
Молоко цельное сгущенное с сахаром	50	50	—	—	—	—
Вода	150	150	140	140	—	—
Коньяк	100	100	100	100	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Яйца растирают с сахаром, добавляют молоко, молоко сгущенное с сахаром и воду кипяченую. Смесь нагревают до 85–90°С, выдерживают при этой температуре 10 мин, затем охлаждают и добавляют коньяк.

906. Соус клюквенный

Клюква	168	160	126	120	105	100
Сахар	160	160	120	120	100	100
Крахмал картофельный	30	30	30	30	30	30
Вода	800	800	850	850	900	900
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Клюкву перебирают, промывают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой и кипятят 5–8 мин, затем процеживают. В отвар добавляют сахар и вновь нагревают до кипения. Одновременно разводят крахмал холодной кипяченой водой или охлажденным ягодным отваром. В горячий ягодный сироп сразу вливают процеженный крахмал и, помешивая, быстро доводят до кипения. После этого в него вливают ранее отжатый сок.

907. Соус яблочный

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки свежие	256	225
Сахар	125	125
Крахмал картофельный	30	30
Корица молотая	1	1
Кислота лимонная	1	1
Вода	800	800
Выход	—	1000

Нарезанные ломтиками яблоки с кожицей (без семенного гнезда) заливают горячей водой и варят в течение 6–8 мин (в зависимости от сорта) в закрытой посуде до готовности. Затем протирают до пюреобразной консистенции, соединяют с отваром, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят предварительно разведенный охлажденным отваром крахмал, дают еще раз вскипеть. В готовый соус кладут корицу. Можно готовить соус без корицы.

908. Соус из экстрата ягодного

	НЕТТО
Экстракт клюквенный или черносмородиновый	25
Сахар	200
Крахмал картофельный	40
Вода	800
Выход	1000

Экстракт разводят горячей водой, процеживают, добавляют сахар, вводят предварительно разведенный холодной водой крахмал картофельный и доводят до кипения.

	НЕТТО

909. Сироп сахарный

Сахар	650
Вода	400
Кислота лимонная	2
Выход	1000

Сахар растворяют в горячей воде, раствор процеживают и дают прокипеть при постоянном помешивании. В конце варки добавляют кислоту лимонную и охлаждают.

910. Сироп кофейный

Кофе натуральный молотый	55
Вода	450
Сахар	650
Выход	1000

Молотый кофе заливают кипятком, настаивают 10–15 мин, процеживают, соединяют с сахаром и доводят до кипения. Приготовленный сироп охлаждают.

911. Сироп шоколадный

Сахарный песок	525
Какао-порошок	110
Ванилин	0,5
Вода	500
Выход	1000

Какао-порошок растирают с сахаром, добавляют горячую воду и тщательно размешивают. Полученную смесь доводят до кипения. Ванилин растворяют в теплой воде (1 : 20) и вводят в готовый шоколадный сироп. Сироп охлаждают.

СОУСЫ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА

Некоторые соусы, приготовляемые на предприятиях общественного питания, могут быть заменены готовыми соусами, которые выпускают предприятия пищевой промышленности.

В состав многих готовых соусов входят такие сезонные продукты, как помидоры, ягоды, плоды и др. Использование соусов промышленного производства позволяет расширить ассортимент соусов, применяемых в общественном питании.

Соусы, приготовляемые из свежих яблок, абрикосов, персиков, айвы и других плодов, можно подать к крупяным, сладким и мучным блюдам.

Соус ткемали, приготовленный из пюре слив ткемали с добавлением базилика, кинзы, чеснока и красного перца, обладает кисловато-острым вкусом и широко применяется для блюд кавказской кухни.

Соус томатный острый приготовлен из свежих помидоров или томатного пюре с добавлением сахара, уксуса, соли, лука, чеснока, пряностей. Его можно использовать для приготовления и отпуска многих мясных, рыбных и овощных блюд.

Соус Кубанский приготовляют из свежих помидоров путем уваривания их с сахаром, чесноком, солью, уксусом и пряностями. Так же, как соус томатный острый, его можно подавать к мясным, рыбным, овощным блюдам, а также добавлять в соус красный и майонез.

Соус Южный приготовляют на основе продуктов ферментации сои с добавлением томатной пасты, сахара, соли, пряностей, уксусной кислоты, растительного или сливочного масла, фруктового пюре и других продуктов. Соус используют для рыбных, мясных, овощных блюд, широко применяется для блюд восточной кухни.

Майонезы столовые и с различными вкусовыми добавками подают к блюдам из рыбы, мяса, птицы и овощей или заправляют салаты и винегреты, добавляют к разнообразным блюдам и закускам.

СЛАДКИЕ БЛЮДА

В состав сладких блюд включены свежие и быстрозамороженные плоды и ягоды, компоты, кисели, желе, муссы, самбуки, кремы, суфле, пудинги и др.

Для их приготовления используют сахар, плоды, ягоды, орехи, различные плодово-ягодные соки, экстракты, сиропы, а также яйца, молоко, сливки, мучные и крупяные продукты. Ароматизирующими и вкусовыми веществами сладких блюд являются ванилин, корица, цедра плодов цитрусовых, кислота лимонная, кофе, какао, вино и т. д.

В качестве желирующих веществ для приготовления киселей, желе, кремов употребляют желатин, крахмал картофельный и реже кукурузный (маисовый).

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ И БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫЕ

Плоды и ягоды свежие перед отпуском перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной питьевой холодной водой.

Подают плоды и ягоды натуральными или с сахаром, рафинадной пудрой, сиропом, молоком, сливками, сметаной.

Плоды и ягоды быстрозамороженные поступают на предприятия общественного питания замороженными сухим способом (без сахара), замороженными в сахарном сиропе, а ягоды – также замороженными с сахаром.

912. Плоды или ягоды свежие

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки или груши, или персики, или абрикосы, или бананы, или виноград	150	150	100	100
Выход	—	150	--	100

Подготовленные плоды или ягоды подают на десертной тарелке или в вазочке.

913. Плоды или ягоды свежие с сахаром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Вишня или черешня	189	180	158	150	105	100
или черника	184	180	153	150	102	100
или земляника (садовая)						
или малина	212	180	176	150	118	100
или клюква	79	75	79	75	53	50
Сахар или рафинадная пудра	25	25	15	15	15	15
Сахар или рафинадная пудра (для клюквы)	50	50	30	30	30	30
Выход: плодов и ягод (кроме клюквы)	—	205	—	165	—	115
клюквы	—	125	—	105	—	80

Плоды или ягоды перебирают, у вишни, черешни, черники, земляники, малины удаляют плодоножки, промывают.

Плоды или ягоды кладут на десертную тарелку, в вазочку или креманку и перед самым отпуском посыпают сахаром или рафинадной пудрой. Можно подать плоды и ягоды и без сахара.

914. Арбуз, дыня, ананас свежие[1]

	БРУТТО	НЕТТО
Арбуз	278	250
или дыня	260	200
или ананас	182	100
Выход: арбуза	—	250
дыни	—	200
ананаса	—	100

[1]Несладкие арбузы, дыни, ананасы можно отпускать с сахаром или рафинадной пудрой (10–15 г на порцию), соответственно изменив выход блюда.

Арбуз или дыню моют, разрезают вдоль на несколько частей; у дыни удаляют семена и нарезают ломтиками.

У ананаса срезают верхнюю и нижнюю части плода, надрезают кожуру по вертикали и осторожно, чтобы не повредить мякоть, срезают ее. После этого удаляют сердцевину и нарезают кружочками или ломтиками толщиной 4–5 мм. Плоды кладут на десертную тарелку.

915. Апельсины, мандарины, ананасы с сахаром

	БРУТТО	НЕТТО
Апельсины	149	100
или мандарины	135	100
или ананасы	182	100
Сахар или рафинадная пудра	30	30
Выход	—	130

Апельсины или мандарины моют, очищают от кожицы, нарезают кружочками или делят на дольки. Ананасы подготавливают, как указано в рец. № 914. Подают плоды в вазочках, посыпают сахаром или рафинадной пудрой.

916. Лимоны с сахаром

	БРУТТО	НЕТТО
Лимоны	39	35
Сахар или рафинадная пудра	20	20
Выход	—	55

Лимоны ошпаривают, нарезают тонкими кружочками или полукружочками. Сахар или рафинадную пудру подают на розетке.

Лимоны с сахаром принято подавать к коньяку.

917. Плоды или ягоды быстрозамороженные с сиропом

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Плоды или ягоды замороженные без сахара	100	100	60	60

	I и II БРУТТО	I и II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Сироп № 909	50	50	30	30
Выход	—	150	—	90

Плоды или ягоды замороженные без сахара полностью не размораживают, спустя 10–15 мин их промывают, раскладывают в креманки или вазочки, заливают теплым сиропом сахарным и 25–30 мин дают настояться.

918. Ягоды быстрозамороженные с сиропом

	I и II БРУТТО	I и II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Ягоды замороженные с сахаром	100	100	60	60
Сироп от ягод	40		20	
Вода	20	70	10	30
Вино виноградное	10		—	—
Выход	—	170	—	90

Банки с ягодами замороженными с сахаром ставят на 10–15 мин в теплую воду, затем их вытирают и вскрывают.

Сироп от ягод смешивают с кипяченой охлажденной водой и подготовленным вином (с. 383). Этой смесью заливают ягоды, уложенные в креманки.

919. Малина или земляника с молоком, сметаной или сливками

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Малина или земляника (садовая)	147	125	118	100	88	75
Молоко	158	150[1]	158	150[1]	105	100[1]
или сметана	75	75	50	50	35	35
или сливки	125	125	100	100	75	75
или сливки взбитые № 979	—	40	—	30	—	20
Сахар или рафинадная пудра[2]	25	25	20	20	15	15
Выход: с молоком	—	300	—	270	—	190
со сметаной	—	225	—	170	—	125
со сливками	—	275	—	220	—	165
со сливками взбитыми	—	165	—	130	—	95

[1]Масса молока кипяченого.
[2]К сливкам взбитым сахар или рафинадную пудру не подают.

Подготовленную малину или землянику (садовую) кладут в вазочки или креманки.

Сливки взбитые, или сахар, или рафинадную пудру подают на розетке, а кипяченое холодное молоко, или сметану, или сливки – в молочнике.

920. Яблоки или груши со взбитыми сметаной или сливками с орехами

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Яблоки	114	100	114	100	—	—
или груши	111	100	111	100	—	—
Кислота лимонная	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Масса плодов вареных	—	80	—	80	—	—
Сметана 36%-ной или сливки 35%-ной жирности	60	60	40	40	—	—
Рафинадная пудра	30	30	25	25	—	—
Миндаль очищенный	21	19	12	11	—	—
Масса миндаля жареного	—	18	—	10	—	—
Выход	—	180	—	150	—	—

Яблоки или груши моют, удаляют семенные гнезда, разрезают на половинки и варят до готовности в воде, подкисленной кислотой лимонной. Ядра миндаля очищают от кожицы, жарят и измельчают.

Сметану или сливки взбивают, добавляют при помешивании рафинадную пудру и жареные орехи (половина нормы).

Яблоки или груши кладут в вазочки, оформляют взбитыми сметаной или сливками, сверху посыпают оставшимися орехами.

Кроме миндаля, можно использовать и другие орехи (фундук, грецкие, арахис).

921. Бананы со сливками или молоком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Бананы	167	100	167	100	—	—
Сахар или рафинадная пудра	5	5	5	5	—	—
Сливки	100	100	—	—	—	—
Молоко	—	—	158	150[1]	—	—
Выход	—	205	—	255	—	—

[1] Масса молока кипяченого.

Очищенные бананы нарезают кружочками толщиной 5–6 мм, кладут в вазочки и посыпают сахаром или рафинадной пудрой. Отдельно подают холодное кипяченое молоко или сливки.

922. Чернослив со сливками или сметаной взбитыми

	БРУТТО	НЕТТО
Чернослив	53	80[1]/60
Сливки или сметана взбитые № 979	—	40
Выход	—	100

[1] Масса набухшего чернослива с косточкой.

Перебранный и промытый чернослив заливают горячей водой и оставляют в ней до полного набухания и остывания. Затем из чернослива удаляют косточки и кладут его в креманки или вазочки, а сверху перед отпуском выпускают из кондитерского мешка взбитые сливки или сметану.

923. Яблоки или груши с сиропом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	179	125	134	94	—	—
или груши	171	125	129	94	—	—
Масса плодов вареных	—	100	—	75	—	—
Сахар	40	90	30	120	—	—
Вода	55		95		—	—
Кислота лимонная	0,1		0,1		—	—
Вино виноградное	10	10	5	5	—	—
Выход	—	200	—	200	—	—

Яблоки или груши очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, варят 6–8 мин в сахарном сиропе, подкисленном кислотой лимонной. Плоды вынимают, сироп процеживают, добавляют в него подготовленное вино виноградное (с. 383), вновь заливают им плоды и охлаждают.

В креманку кладут яблоко или грушу и заливают сиропом.

Быстроразваривающиеся сорта яблок и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в нем до охлаждения.

КОМПОТЫ

Компоты приготовляют из свежих, сушеных, консервированных и замороженных плодов и ягод как в различных сочетаниях, так и из одного какого-либо вида.

Банки с консервированными плодами и ягодами, предназначенные для приготовления компотов, перед вскрытием тщательно промывают теплой водой.

Для приготовления компотов из сухофруктов сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз.

Для улучшения вкуса компоты из сухофруктов рекомендуется варить за 10–12 ч до их реализации, так как в результате настаивания в отвар переходят ароматические и вкусовые вещества (органические кислоты, минеральные соли, сахара), а плоды и ягоды пропитываются сахарным сиропом.

При недостаточной кислотности в компоты добавляют кислоту лимонную.

Компоты отпускают охлажденными до температуры 12–15°C по 150–200 г на порцию.

924. Компот из свежих плодов

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки или айва	341	300	227	200
или груши	333	300	222	200
Вода	710	710	860	860
или				
Черешня или вишня	316	300	211	200
или слива, или персики	333	300	222	200
или абрикосы	349	300	233	200
Вода	660	660	810	810
Сахар	150	150	120	120
Кислота лимонная	1	1	1	1
Выход	—	1000	—	1000

Яблоки, или груши, или айву моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную кислотой лимонной. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10–12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6–8 мин. Быстроразваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы, или персики, или абрикосы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения.

925. Компот из смеси свежих плодов и бахчевых

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	214	150	143	100	143	100
Груши	—	—	103	75	—	—
Абрикосы	—	—	116	100	—	—
Слива	111	100	—	—	56	50

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Черешня	—	—	79	75	—	—
Земляника (садовая)	118	100	—	—	—	—
Дыня	—	—	—	—	117	75
Арбуз	—	—	—	—	144	75
Сахар	200	200	200	200	150	150
Кислота лимонная	1	1	1	1	1	1
Вода	635	635	635	635	740	740
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Яблоки и груши очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда и нарезают дольками. Абрикосы и сливы разрезают пополам и удаляют косточки. У арбузов и дынь удаляют кору и семена, у земляники (садовой) и черешни – плодоножки.

Яблоки, груши, абрикосы, сливы, черешню варят, как указано в рец. № 924, и охлаждают. Кусочки арбузов, дынь и землянику (садовую) кладут в готовый компот в сыром виде. Компот отпускают в креманках, вазочках или стаканах.

926. Компот из яблок и слив или из яблок и алычи

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	170	150	114	100
Слива	167	150	111	100
или алыча[1]	161	150	108	100
Сахар	150	150	120	120
Кислота лимонная	1	1	1	1
Вода	710	710	840	840
Выход	—	1000	—	1000

[1] При использовании алычи кислоту лимонную не добавляют.

Яблоки подготавливают и варят, как описано в рец. № 924, добавляют сливу или алычу, у которых предварительно удаляют косточки, доводят до кипения и охлаждают.

927. Компот из крыжовника и вишни или из крыжовника и смородины черной

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крыжовник	153	150	153	150
Вишня	158	150	—	—
Смородина черная	—	—	153	150
Сахар	150	150	120	120
Вода	650	650	680	680
Выход	—	1000	—	1000

Плоды и ягоды перебирают, удаляют плодоножки и моют. В горячий готовый сироп (с. 419) кладут подготовленные плоды и ягоды, доводят до кипения и охлаждают.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

928. Компот из земляники или малины

Земляника (садовая) или малина	82	70	59	50	—	—
Сахар	40	40	30	30	—	—
Вода	95	95	125	125	—	—
Кислота лимонная	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Выход	—	200	—	200	—	—

Подготовленные ягоды раскладывают в креманки или вазочки, заливают теплым сиропом (с. 419) и дают настояться в течение 30–40 мин.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

929. Компот из апельсинов или мандаринов

Апельсины	104	70	75	50
или мандарины	95	70	68	50
Сахар	40	40	30	30
Цедра	5	5	5	5
Вода	95	95	125	125
Выход	—	200	—	200

Апельсины или мандарины моют, очищают от кожицы, нарезают тонкими кружочками (мандарины можно разделить на дольки), кладут в стаканы или вазочки, заливают теплым сиропом и дают настояться. Для приготовления сиропа в горячей воде растворяют сахар, добавляют цедру, предварительно очищенную от белой мякоти, нарезанную тонкой соломкой, доводят до кипения, проваривают 10–12 мин и процеживают.

	БРУТТО	НЕТТО

930. Компот из плодов консервированных

Персики, или айва, или абрикосы (половинки или кусочки)	60	60
Сахар	10	
Сироп консервированного компота	40	90
Вода	45	
или		
Вишня, или черешня, или яблоки, или сливы целые	55	55
Сахар	10	
Сироп консервированного компота	45	95
Вода	45	
Выход	—	150

Плоды кладут в вазочки или креманки, заливают охлажденным сиропом. Сироп варят из воды и сахара, процеживают, затем в него добавляют сироп консервированных плодов, доводят до кипения и охлаждают.

	БРУТТО	НЕТТО

931. Компоты-ассорти (консервы)

	БРУТТО	НЕТТО
Плоды и ягоды компота-ассорти	55	55
Сироп компота-ассорти	45	95
Сахар	10	
Вода	45	
Выход	—	150

Плоды и ягоды кладут в вазочки или креманки, чередуя их по цвету, и заливают охлажденным сиропом. Сироп готовят, как описано в рец. № 930.

932. Компот из плодов или ягод сушеных

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	100	375[1]	75	280[1]
или груши	200	300[1]	150	225[1]
или курага	125	230[1]	100	185[1]
или чернослив	160	240[1]	125	185[1]
или урюк	160	300[1]	125	230[1]
или изюм	125	200[1]	100	160[1]
Сахар[2]	100	100	100	100
Кислота лимонная	1	1	1	1
Вода	985	985	1015	1015
Выход	—	1000	—	1000

[1]Масса плодов или ягод вареных.
[2]Для компота из чернослива и изюма закладка сахара составляет 75 г по всем трем колонкам.

Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют кислоту лимонную и варят до готовности.

Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1–2 ч, яблоки – 20–30 мин, чернослив, урюк, курагу – 10–20 мин, изюм – 5–10 мин.

Компот из плодов или ягод сушеных готовят накануне для того, чтобы он настоялся.

933. Компот из смеси сухофруктов

Яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм и др.	125	310[1]	100	250[1]
Сахар	100	100	100	100
Кислота лимонная	1	1	1	1
Вода	960	960	1000	1000
Выход	—	1000	—	1000

[1]Масса сухофруктов вареных.

Подготовленные сухофрукты сортируют по видам и варят, как указано в рец. № 932, соблюдая очередность закладки.

КИСЕЛИ

Кисели приготовляют из свежих и сушеных плодов и ягод, соков и сиропов плодовых и ягодных натуральных, пюре плодовых и ягодных, молока и других продуктов.

В зависимости от количества введенного крахмала различают кисели густые, средней густоты и полужидкие (жидкие).

Для киселей плодово-ягодных следует использовать крахмал картофельный, для киселей молочных – крахмал кукурузный (маисовый).

Полужидкие (жидкие) кисели используют как соусы при отпуске сладких блюд, запеканок и других крупяных блюд.

Густые и средней густоты кисели отпускают в качестве самостоятельных блюд.

Густые кисели сразу же после приготовления разливают в смоченные водой и посыпанные сахаром формы или на противни и охлаждают. При отпуске кисель выкладывают из формы на вазочку или в креманку и поливают сиропом плодово-ягодным, или кладут варенье, джем, конфитюр, или подают холодное кипяченое молоко, или сливки (50–100 г на порцию), или взбитые сливки из расчета 25 г на порцию.

Кисель средней густоты охлаждают, при отпуске разливают по 200 г в стаканы или вазочки по 150 г, можно посыпать сахаром в количестве 5–8% от нормы, предусмотренной рецептурой.

Кисели подают охлажденными до температуры 12–14 °C.

934. Кисель из плодов или ягод свежих

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Клюква	126	120	105	100
или брусника	133	120	111	100
или смородина черная,				
или крыжовник	122	120	102	100
или смородина красная	128	120	106	100
Вода	895	895	930	930
или				
Черника[1]	163	160	122	120
или вишня	188	160	141	120
или алыча	172	160	129	120
или мирабель	188	160	–	–
или слива	178	160	133	120
Вода	850	850	915	915
Сахар	120	120	100	100
Крахмал картофельный	45	45	45	45
Выход	—	1000	–	1000

[1] В кисель из черники добавляют кислоту лимонную массой 2 г по всем трем колонкам.

Клюкву, или бруснику, или чернику, или смородину, или вишню перебирают, удаляют плодоножки и моют, у вишни удаляют косточки. Плоды и ягоды протирают. Сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть мезги 5–6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10–15 мин и процеживают. В полученный отвар (часть его охлаждают и используют для разведения крахмала) добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании сразу вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок.

Крахмал подготавливают следующим образом: его разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Алычу, или сливу, или мирабель (с удаленными косточками), или крыжовник варят с небольшим количеством воды в течение 7–10 мин, отвар сливают, ягоды или плоды протирают. В отвар добавляют сахар, пюре, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Готовый кисель разливают в вазочки или стаканы по 150–200 г (на порцию).

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

935. Кисель из земляники, малины, ежевики

Земляника (садовая)	141	120	118	100
или земляника (лесная)	128	120	106	100
Вода	870	870	910	910
или				
Малина или ежевика	188	160	141	120
Вода	830	830	890	890
Сахар	120	120	100	100
Крахмал картофельный	45	45	45	45
Кислота лимонная	2	2	2	2
Выход	—	1000	—	1000

Подготовленные землянику, или малину, или ежевику протирают. Полученный сок с мякотью сливают и ставят на холод. Оставшуюся от ягод мезгу заливают горячей водой, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения и процеживают. В дальнейшем варят и отпускают кисель так же, как описано в рец. № 934.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

936. Кисель из яблок с клюквой или из яблок

Яблоки свежие	227	200	148	130	170	150
Клюква[1]	32	30	21	20	—	—
Сахар	120	120	100	100	100	100
Крахмал картофельный	40	40	40	40	40	40
Кислота лимонная	0,5	0,5	0,5	0,5	1	1
Вода	890	890	985	985	985	985
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1]Кисель можно готовить без клюквы, в этом случае соответственно увеличивают норму закладки яблок.

Из подготовленной клюквы отжимают сок, из мезги приготовляют отвар и процеживают; яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают, заливают горячей водой, варят до готовности, протирают. Полученное пюре соединяют с отваром из мезги, сахаром и кислотой лимонной, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал (с. 423) и вновь доводят до кипения. После этого вводят в кисель отжатый сок клюквы.

В случае приготовления киселя без клюквы яблоки с кожицей (без семенного гнезда) нарезают, заливают горячей водой и варят в закрытой посуде до готовности. Яблоки протирают, соединяют с отваром, в котором они варились, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Отпускают кисель, как описано на с. 423.

937. Кисель из ревеня

Ревень (черешки)	—	—	300	225	200	150
Сахар	—	—	160	160	120	120
Крахмал картофельный	—	—	40	40	45	45
Цедра лимонная или апельсиновая	—	—	5	5	5	5
Вода	—	—	770	770	880	880
Выход	—	—	—	1000	—	1000

Ревень моют, очищают, нарезают кусочками (1–2 см), отваривают в воде до размягчения и отвар сливают. Ревень протирают. В отвар добавляют сахар, цедру лимонную или апельсиновую, снятую в виде ленты, доводят до кипения и процеживают. Пюре соединяют с отваром, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал (с. 423) и вновь доводят до кипения.

Кисель можно готовить без цедры.

938. Кисель из яблок сушеных с клюквой или из яблок сушеных

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки сушеные	50	50	60	60
Клюква	32	30	—	—
Сахар	150	150	120	120
Крахмал картофельный	35	35	40	40
Кислота лимонная	—	—	1	1
Вода	1035	1035	1080	1080
Выход	—	1000	—	1000

Промытые яблоки сушеные заливают горячей водой и оставляют в закрытой посуде на 2 ч для набухания. Варят их в той же воде 20–30 мин при слабом кипении и протирают. В остальном готовят и отпускают кисель, как описано в рец. № 936.

939. Кисель из кураги

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курага	140	140	120	120	100	100
Сахар	160	160	120	120	100	100
Крахмал картофельный	30	30	35	35	45	45
Кислота лимонная	1	1	1	1	1	1
Вода	1000	1000	1050	1050	1100	1100
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Курагу промывают, заливают горячей водой и оставляют на 2–3 ч для набухания. Затем варят в той же воде до готовности, протирают, соединяют с отваром, сахаром, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

Отпускают кисель, как описано на с. 423.

940. Кисель из апельсинов или мандаринов

	БРУТТО	НЕТТО
Апельсины	373	250
или мандарины	338	250
Сахар	120	120
Кислота лимонная	0,5	0,5
Вода	800	800
Крахмал	40	40
Выход	—	1000

Апельсины или мандарины моют, очищают от кожицы, удаляют семена, протирают, отжимают сок. Из цедры и оставшейся после отжатия мякоти плодов приготовляют отвар. Дальнейшее приготовление киселя такое же, как описано в рец. № 934.

941. Кисель из плодов шиповника (витаминный)

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Плоды шиповника сушеные	40	40	40	40
Сахар	160	160	120	120
Крахмал картофельный	50	50	50	50
Кислота лимонная	1,5	1,5	1,5	1,5
Вода	1050	1050	1090	1090
Выход	—	1000	—	1000

Плоды шиповника промывают, заливают половиной нормы горячей воды и варят 10–15 мин. Отвар сливают, плоды измельчают, снова заливают горячей водой и вторично варят. Первый и второй отвары соединяют, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

942. Кисель из сока плодового или ягодного натурального[1]

	БРУТТО	НЕТТО
Сок плодовый или ягодный натуральный	300	300
Сахар	120	120
Крахмал картофельный	50	50
Вода	700	700
Выход	—	1000

[1] При недостаточной кислотности в кисель добавляют кислоту лимонную (1 г на 1000 г киселя).

Сок (50% от нормы, указанной в рецептуре) разбавляют водой, добавляют сахар и доводят до кипения. В полученный сироп вводят подготовленный крахмал, добавляют остальной сок и вновь доводят до кипения.

943. Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром[1]

Сок плодовый или ягодный с сахаром	300	300
Сахар	100	100
Крахмал картофельный	50	50
Вода	720	720
Выход	—	1000

[1] При недостаточной кислотности в кисель добавляют кислоту лимонную (1 г на 1000 г киселя).

Кисель готовят так же, как описано в рец. № 942.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

944. Кисель из сиропа плодового или ягодного натурального

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Сироп плодовый или ягодный	265	265	200	200	170	170
Крахмал картофельный	50	50	50	50	50	50
Кислота лимонная	1	1	1	1	1	1
Вода	855	855	920	920	950	950
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Приготавливают так же, как описано в рец. № 942.

945. Кисель из сока плодового или ягодного натурального и пюре плодового

	БРУТТО	НЕТТО
Сок плодовый или ягодный натуральный	150	150
Пюре плодовое (консервы)	150	150
Сахар	50	50
Кислота лимонная	1	1
Вода	770	770
Крахмал картофельный	50	50
Выход	—	1000

Сок разбавляют водой, добавляют сахар и кислоту лимонную, доводят до кипения, затем вводят подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения, вводят в кисель пюре и размешивают до однородной консистенции.

946. Кисель из повидла, джема, варенья

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Повидло, или джем, или варенье	200	200	160	160	120	120
Сахар	50	50	60	60	40	40
Крахмал картофельный	35	35	35	35	35	35
Кислота лимонная[1]	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Вода	865	865	890	890	955	955
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Для киселя из клюквенного повидла, джема, варенья кислоту лимонную не используют.

Повидло, или джем, или варенье разводят горячей водой и нагревают до кипения, затем процеживают с одновременным протиранием плодов или ягод (при использовании варенья), добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

Отпускают кисель, как описано на с. 423.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

947. Кисель из экстракта плодового или ягодного

Экстракт плодовый или ягодный	—	—	20	20	15	15
Сахар	—	—	160	160	100	100
Крахмал картофельный	—	—	50	50	50	50
Вода	—	—	890	890	950	950
Выход	—	—	—	1000	—	1000

Экстракт процеживают, разводят горячей водой, добавляют сахар, нагревают до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения

Отпускают кисель, как описано на с. 423.

948. Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах

Кисель из концентрата	—	—	120	120	120	120
Сахар	—	—	75	75	50	50
Кислота лимонная[1]	—	—	1	1	1	1
Вода	—	—	930	930	950	950
Выход	—	—	—	1000	—	1000

[1] Добавляется в том случае, если кислотность концентрата недостаточна.

Кисель из концентрата разводят равным количеством холодной воды, полученную смесь вливают в кипящую воду, добавляют сахар, кислоту лимонную и, непрерывно помешивая, доводят до кипения.

Готовый кисель отпускают, как указано на с. 423.

949. Кисель из клюквы (густой)

	БРУТТО	НЕТТО
Клюква	105	100
Сахар	100	100
Крахмал картофельный	80	80
Вода	940	940
Выход	—	1000

Кисель приготавливают так же, как описано в рец. № 934, только после введения крахмала кисель проваривают при слабом кипении 6–8 мин, вливают сок, а затем разливают в подготовленные формы или на противни (с. 423) и охлаждают.

Отпускают кисель, как указано на с. 423.

950. Кисель из кураги (густой)

Курага	100	100
Сахар	100	100
Крахмал картофельный	80	80
Кислота лимонная	0,5	0,5
Вода	1100	1100
Выход	—	1000

Кисель готовят, как описано в рец. № 939, только после введения крахмала его проваривают 6–8 мин при слабом кипении. Готовый кисель разливают в подготовленные формы или на противни (с. 423) и охлаждают.

Отпускают кисель, как указано на с. 423.

951. Кисель из яблок (густой)

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки свежие	256	225
Сахар	120	120
Крахмал картофельный	80	80
Кислота лимонная	1	1
Вода	960	960
Выход	—	1000

Приготовляют так же, как кисель из свежих яблок (рец. № 936), только после введения крахмала кисель проваривают при слабом кипении 6–8 мин, разливают в подготовленные формы или на противни и охлаждают.

Отпускают кисель, как указано на с. 423.

952. Кисель молочный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	—	—	947	900[1]	737	700[1]
Вода	—	—	—	—	200	200
Сахар	—	—	80	80	80	80
Крахмал кукурузный (маисовый)	—	—	50	50	50	50
Ванилин	—	—	0,03	0,03	0,03	0,03
Выход	—	—	—	1000	—	1000

[1] Масса молока кипяченого.

В кипящем молоке растворяют сахар, вливают предварительно разведенный холодным молоком или водой и процеженный крахмал маисовый и, непрерывно помешивая, варят при слабом кипении в течение 8–10 мин. К концу варки добавляют ванилин. Подают, как описано на с. 423.

953. Кисель молочный (густой)

	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	947	900[1]
Сахар	80	80
Крахмал кукурузный (маисовый)	75	75
Ванилин	0,03	0,03
Выход	—	1000

[1] Масса молока кипяченого.

Кисель готовят так же, как описано в рец. № 952.

Кисель можно отпускать с сиропом плодовым или ягодным натуральным или с повидлом, джемом, вареньем (20 г на порцию), или соусом плодово-ягодным (50 г на порцию).

954. Кисель белорусский	БРУТТО	НЕТТО
Хлопья овсяные «Геркулес» или толокно овсяное	40	40
Вода	115	115
Сахар	26	26
В том числе для сиропа	8	8
Масса готового киселя	—	130
Клюква, или черника, или земляника, или др.	9[1]	8
Вода для сиропа	25	25
Масса готового сиропа	—	20
Выход	—	150

[1] Расчет дан по землянике (садовой).

Хлопья овсяные «Геркулес» измельчают, разводят холодной водой и оставляют для закисания при температуре 18–20°С на 2–3 суток. Затем процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения при непрерывном помешивании и варят 2–3 мин.

Горячий кисель разливают в формочки и охлаждают. При отпуске поливают сиропом, приготовленным из ягод. Кисель можно подать с холодным кипяченым молоком.

ЖЕЛЕ, МУССЫ, САМБУКИ

Желе, муссы, самбуки приготовляют из свежих, консервированных и сушеных плодов и ягод, из пюре плодового и ягодного, из соков плодовых и ягодных, из сиропов, экстрактов, молока. Желе готовят на желатине, муссы – на желатине или с манной крупой, а самбук – на желатине с добавлением яичных белков.

Желатин перед использованием заливают восьмикратным количеством охлажденной кипяченой воды и оставляют для набухания на 1–1,5 ч. При набухании желатин увеличивается в объеме и массе в 6–8 раз.

Плодово-белковую массу для самбука взбивают во взбивальной машине. Затем в нее при непрерывном помешивании тонкой струей вливают разведенный желатин. Взбивание не рекомендуется производить в алюминиевой посуде.

Приготовленные желе, муссы, самбуки разливают в порционные формочки и охлаждают при температуре от 0 до 8°С.

Желе, муссы и самбуки отпускают по 100–150 г на порцию с соусом, сиропом плодовым или ягодным натуральным (по 20 г на порцию) или со взбитыми сливками (20–30 г на порцию) или подают кипяченое холодное молоко (100–150 г на порцию).

955. Желе из плодов или ягод свежих	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Клюква	168	160	147	140	126	120
или смородина красная	170	160	149	140	128	120
или смородина черная	163	160	143	140	122	120
Вода	800	800	850	850	900	900
или						
Земляника (садовая) или малина	235	200	206	175	165	140
Вода	725	725	785	785	840	840
или						

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Вишня[1]	235	200	206	175	165	140
Вода	760	760	805	805	860	860
Сахар	160	160	140	140	120	120
Желатин	30	30	30	30	30	30
Кислота лимонная[2]	1	1	1	1	1	1
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Норма закладки указана на вишню без косточки.

[2] При приготовлении желе из клюквы, смородины, вишни кислоту лимонную не используют.

Из перебранных и промытых ягод отжимают сок и хранят его на холоде. Оставшуюся мезгу заливают горячей водой и варят 5–8 мин. Отвар процеживают, добавляют сахар, нагревают до кипения, удаляют с поверхности сиропа пену, затем добавляют подготовленный желатин, размешивают его до полного растворения, вновь доводят до кипения, процеживают.

В подготовленный сироп с желатином добавляют ягодный сок, разливают в порционные формочки и оставляют на холоде при температуре от 0 до 8°C в течение 1,5–2 ч для застывания.

Перед отпуском формочку с желе (на 2/3 объема) погружают на несколько секунд в горячую воду, слегка встряхивают и выкладывают желе в креманку или вазочку.

Отпускают желе, как описано на с. 430.

Желе должно быть прозрачным. Если оно получилось мутным, его осветляют яичным белком (24 г на 1000 г желе). Для этого белок, смешанный с равным количеством холодной воды, вливают в сироп и проваривают в течение 8–10 мин при слабом кипении. Осветленный сироп процеживают.

956. Желе из лимонов, апельсинов, мандаринов

Лимоны	238	100[1]	190	80[1]	64	27[1]
или апельсины	455	200[1]	341	150[1]	114	50[1]
или мандарины	351	200[1]	263	150[1]	167	95[1]
Сахар	160	160	140	140	120	120
Кислота лимонная	1	1	1	1	1,5	1,5
Желатин	30	30	30	30	30	30
Вода (для лимонов)	820	820	860	860	935	935
Вода (для апельсинов)	720	720	790	790	910	910
Вода (для мандаринов)	720	720	790	790	865	865
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса сока.

В воду с сахаром, доведенную до кипения, кладут цедру, снятую с лимонов, или апельсинов, или мандаринов, затем вводят подготовленный желатин. После того как желатин растворится, вводят отжатый сок из лимонов, или апельсинов, или мандаринов. Для желе из апельсинов в горячий сахаро-желатиновый сироп добавляют кислоту лимонную, процеживают, разливают в формочки и охлаждают. Отпускают желе, как описано на с. 430.

957. Желе со свежими плодами, ягодами и бахчевыми

Яблоки	54	38	27	19	44	31
Масса вареных яблок	—	30	—	15		25
Виноград	10,4	10	10,4	10	10,4	10
Арбуз	38	20	19	10	29	15
Дыня	31	20	23	15	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	20	20	15	15	12	12
Желатин	3,8	3,8	3	3	3	3
Кислота лимонная	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Вода	115	115	100	100	100	100
Выход	--	200	—	150	—	150

Очищенные от кожицы и семенных гнезд яблоки нарезают дольками и варят в воде, подкисленной кислотой лимонной. Отвар процеживают, вводят подготовленный желатин и доводят до кипения.

Дыню и арбуз, очищенные от коры и семян и нарезанные дольками, виноград и вареные яблоки раскладывают в формы или вазочки, заливают желе и охлаждают.

958. Желе с плодами консервированными

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Персики консервированные	50	50	50	50
Вишни консервированные	30	30	—	—
Сироп консервированного компота	65	120	40	100
Вода	60		60	
Сахар	5		10	
Желатин	3,8		3	
Кислота лимонная	0,1		0,1	
Выход	—	200	—	150

В сироп консервированного компота добавляют воду, сахар, соединяют с подготовленным желатином (с. 430), доводят до кипения, добавляют кислоту лимонную и процеживают. Персики, нарезанные тонкими ломтиками, и вишню кладут в формочки, заливают желе и охлаждают.

959. Желе с плодами свежими и консервированными

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мандарины свежие	81	60	47	35	—	—
Сливы консервированные	20	20	15	15	—	—
Сироп консервированного компота	15	120	12	100	—	—
Вода	100		85			
Сахар	15		10		—	—
Желатин	3,8		3		—	—
Кислота лимонная	0,1		0,1		—	—
Выход	—	200	—	150	—	—

Мандарины моют, очищают от кожицы, нарезают тонкими кружочками; сливы разрезают пополам и удаляют косточки. Отвар приготовляют из цедры мандаринов, добавляют в него сироп консервированного компота, сахар и нагревают до кипения. Затем соединяют с подготовленным желатином (с. 430), добавляют кислоту лимонную, процеживают, заливают плоды, уложенные в порционные формы, и охлаждают.

960. Желе из экстракта плодового или ягодного или из сока плодового или ягодного натурального

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сок плодовый или ягодный	300	300	250	250
Вода	570	570	660	660
или				
Экстракт плодовый или ягодный	20	20	15	15
Вода	850	850	895	895
Сахар	160	160	120	120
Желатин	30	30	30	30
Выход	—	1000	—	1000

В горячем сахарном сиропе растворяют подготовленный желатин (с. 430), добавляют сок плодовый или ягодный или экстрат плодовый или ягодный, процеживают, разливают в формы и охлаждают.

Отпускают желе, как описано на с. 430.

961. Желе из сиропа плодового или ягодного

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сироп плодовый или ягодный	250	250	200	200
Вода	780	780	830	830
Желатин	30	30	30	30
Кислота лимонная[1]	1	1	1	1
Выход	—	1000		1000

[1] При использовании сиропа клюквенного и черносмородинового кислоту лимонную не добавляют.

Желе готовят и отпускают, как описано в рец. № 960.

962. Желе из молока

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	250	250	750	750	750	750
Сахар	160	160	140	140	120	120
Миндаль очищенный	133	120	22	20	—	—
Вода (для миндального молока)	365	365	50	50	—	—
Ванилин	—	—	—	—	0,03	0,03
Желатин	30	30	30	30	30	30
Вода (для желатина)	240	240	180	180	180	180
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Приготовляют миндальное молоко. Для этого миндаль заливают горячей водой, кипятят 3–4 мин, откидывают на сито, очищают от кожицы, измельчают в ступке, постепенно прибавляя холодную кипяченую воду. Молоко процеживают, а мезгу вновь подвергают той же обработке.

Миндальное молоко соединяют с горячим молоком, сахаром и, непрерывно помешивая, доводят до кипения.

В готовую смесь вводят подготовленный желатин (с. 430), размешивают, процеживают, разливают в формы и охлаждают.

При приготовлении желе с ванилином в горячее молоко вводят сахар, ванилин, а затем подготовленный желатин и, непрерывно помешивая, доводят до кипения.

963. Мусс клюквенный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Клюква	263	250	211	200	158	150
или сок клюквенный натуральный (консервы)	250	250	200	200	150	150
Сахар	200	200	160	160	160	160
Желатин	27	27	27	27	20	20
Вода	650	650	740	740	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Основу для мусса (сироп с желатином), приготовленную так же, как для желе (с. 431), охлаждают до 30–40 °С и взбивают до тех пор, пока смесь не превратится в пышную массу. Затем быстро, не давая полностью застыть (при температуре 30–35 °С), мусс разливают в формы и охлаждают. Перед отпуском форму с муссом на 2/3 объема опускают на несколько секунд в теплую воду. Мусс нарезают на порции, выкладывают в креманку или вазочку и поливают соусом клюквенным (рец. № 906), или сиропом плодовым, или ягодным натуральным из расчета по 20 г на порцию.

Мусс не разрешается взбивать в алюминиевой посуде, так как от этого изменяется его цвет и появляется привкус металла.

964. Мусс земляничный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Земляника садовая	235	200	176	150	—	—
Сахар	140	140	120	120	—	—
Желатин	27	27	27	27	—	—
Вода	800	800	850	850		
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Готовят так же, как описано в рец. № 963. При отпуске мусс поливают сиропом плодовым, или ягодным натуральным, или соусом земляничным (рец. № 902), или подают со взбитыми сливками (рец. № 979), или отдельно подают холодное кипяченое молоко.

965. Мусс лимонный

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лимоны	238	100[1]	190	80[1]
Сахар	300	300	250	250
Желатин	27	27	27	27
Вода	700	700	770	770
Выход	—	1000	—	1000

[1] Масса сока.

С лимонов срезают цедру, разрезают пополам и отжимают сок. Цедру заливают горячей водой, варят 5–6 мин, процеживают, в отвар добавляют сахар, вводят подготовленный желатин (с. 430), соединяют его с лимонным соком, охлаждают и взбивают. При отпуске мусс поливают соусом коньячным (рец. № 905), или сиропом сахарным (рец. № 909), или сиропом плодовым, или ягодным натуральным (20 г на порцию).

966. Мусс апельсиновый или мандариновый

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Апельсины	455	200[1]	341	150[1]
или мандарины	351	200[1]	263	150[1]
Сахар	160	160	140	140
Желатин	27	27	27	27
Кислота лимонная	1	1	1	1
Вода	735	735	805	805
Выход	—	1000	-	1000

[1] Масса сока.

Мусс готовят и отпускают так же, как описано в рец. № 965.

967. Мусс яблочный (на крупе манной)

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	341	300	—	—
Сахар	150	150	—	—
Крупа манная	80	80	—	—
Кислота лимонная	1,5	1,5	—	—
Вода	750	750	—	—
Выход	—	1000	-	—

Яблоки после удаления семенных гнезд разрезают и варят. Отвар процеживают, яблоки протирают, смешивают с отваром, добавляют сахар, кислоту лимонную и доводят до кипения. Затем тонкой струйкой вводят просеянную крупу манную и варят, помешивая, 15–20 мин. Смесь охлаждают до 40°С и взбивают до образования густой пенообразной массы, которую разливают в формы и охлаждают. Отпускают, как указано в рец. № 963.

968. Мусс плодово-ягодный (на крупе манной)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Клюква	—	—	—	-	147	140
Пюре яблочное или абрикосовое (консервы)	—	—	200	200	—	—
Сахар	—	—	150	150	150	150
Крупа манная	—	—	100	100	100	100
Вода		—	600	600	700	700
Выход	—	—	—	1000	—	1000

Приготавливают отвар из клюквы. В яблочное или абрикосовое пюре, разбавленное горячей водой, или в отвар из клюквы добавляют сахар и доводят до кипения. В остальном способ приготовления такой же, как описано в рец. № 967.

969. Самбук яблочный или сливовый

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	795	700
или слива	722	650
Сахар	200	200
Желатин	15	15
Яйца (белки)	2 шт.	48
Вода (для желатина)	420	420
Выход	—	1000

Яблоки (без семенного гнезда) или сливы после удаления косточек укладывают на противень, подливают небольшое количество воды и запекают в жарочном шкафу; затем их охлаждают и протирают. В полученное пюре добавляют сахар, яичный белок и взбивают на холоде до образования пышной массы. Подготовленный желатин ставят на водяной мармит, помешивая, дают ему полностью раствориться и процеживают, затем вливают тонкой струей во взбитую массу при непрерывном и быстром помешивании венчиком.

Массу разливают в формы и охлаждают. Отпускают самбук так же, как мусс.

970. Самбук абрикосовый

Абрикосы	756	650
или курага	250	250
Вода (для желатина)	420	420
или		
Абрикосовое пюре (консервы)	500	500
Вода (для желатина)	285	285
Сахар	200	200
Желатин	15	15
Яйца (белки)	2 шт.	48
Кислота лимонная[1]	1	1
Выход	—	1000

[1] При приготовлении самбука из кураги кислоту лимонную не используют.

Из абрикосов удаляют косточки, заливают горячей водой, варят до размягчения плодов, протирают. Курагу предварительно замачивают, затем также варят и протирают. В пюре добавляют сахар, яичный белок, кислоту лимонную. В остальном готовят и отпускают, как описано в рец. № 969.

При отпуске самбук поливают соусом абрикосовым (рец. № 903) – 20 г на порцию.

КРЕМЫ И ВЗБИТЫЕ СЛИВКИ

Кремы приготовляют из густых (содержащих не менее 35% жира) сливок или сметаны 36%-ной жирности с добавлением яиц, молока, сахара, пюре плодового или ягодного и желатина, а также различных вкусовых и ароматических продуктов.

Охлажденные сливки взбивают в пышную густую пену, добавляют яично-молочную смесь, в которую вводят ванилин, миндаль или другие вкусовые и ароматические продукты, и подготовленный, доведенный до кипения желатин. Крем разливают в формочки или порционную посуду и охлаждают. При подаче его выкладывают в вазочки по 75, 100 и 125 г на порцию. Подают крем с сиропами, соусами, соками и т. д. Можно готовить кремы и без яично-молочной смеси.

971. Крем ванильный, шоколадный, кофейный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сливки 35%-ной жирности	500	500	700	700	700	700
Сахар	150	150	—	—	—	—
Рафинадная пудра	—	—	200	200	150	150
Молоко	211	200[1]	—	—	—	—
Яйца	2 шт.	80	—	—	—	—
Желатин	20	20	20	20	20	20
Ванилин	0,15	0,15	0,15	0,15	—	—
или какао-порошок	30	30	30	30	—	—
или кофейный настой	50	50	—	—	50	50
Вода (для желатина)	160	160	160	160	160	160
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Здесь и далее указана масса молока кипяченого для крема.

Первый способ. Для яично-молочной смеси яйца растирают с сахаром, дабавляют небольшой струйкой кипяченое горячее молоко и нагревают до 70–80°С. После этого при помешивании вводят подготовленный, доведенный до кипения желатин. Для ванильного крема в процеженную яично-молочную смесь добавляют ванилин. Для кофейного крема смесь готовят с добавлением кофейного настоя (50 г кофе на 150 г кипятка). Для шоколадного крема в горячую яично-молочную смесь добавляют растертый с сахаром или рафинадной пудрой какао-порошок.

Сливки взбивают на холоде до образования густой пышной пены. Во взбитые сливки, непрерывно помешивая, вливают охлажденную до комнатной температуры яично-молочную смесь.

Второй способ. Ванилин или какао-порошок, растертый с рафинадной пудрой, вводят в сливки взбитые. Затем при непрерывном помешивании добавляют тонкой струйкой слегка остывший растворенный желатин. Для кофейного крема желатин растворяют в крепком кофейном настое.

Готовый крем быстро разливают в формочки и охлаждают. Перед отпуском форму с кремом опускают на несколько секунд в теплую воду, затем, вынув из воды, ее встряхивают, и крем выкладывают на вазочку или десертную тарелку. При отпуске его поливают сиропом кофейным (рец. № 910), или сиропом шоколадным (рец. № 911), или соусом земляничным, или малиновым, или вишневым (рец. № 902) – 30 г на порцию.

972. Крем ореховый

Сливки 35%-ной жирности	500	500	450	450	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	150	150	150	150	—	—
Молоко	158	150	211	200	—	—
Яйца	1 шт.	40	2 шт.	80	—	—
Миндаль очищенный[1]	118	106	59	53	—	—
Масса миндаля жареного	—	100	—	50	—	—
Желатин	20	20	20	20	—	—
Вода (для желатина)	160	160	160	160	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1] Вместо миндаля можно использовать фундук, орехи грецкие.

Миндаль очищают от кожицы, поджаривают с сахаром при непрерывном помешивании (20 г сахара на 100 г миндаля) до светло-коричневого цвета, охлаждают и измельчают в ступке. Измельченный миндаль соединяют со сливками взбитыми или кладут в яично-молочную смесь с желатином (с. 437).

Отпускают крем, как описано в рец. № 971.

973. Крем ванильный из сметаны

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сметана (36%-ной жирности)	400	400	250	250
Сахар	200	200	150	150
Молоко	316	300	526	500
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	80
Желатин	20	20	20	20
Ванилин	0,15	0,15	0,15	0,15
Вода (для желатина)	160	160	160	160
Выход	—	1000	—	1000

Охлажденную сметану взбивают до образования густой пышной массы и при непрерывном помешивании вливают в нее яично-молочную смесь с желатином (с. 437). Крем быстро разливают в порционные формочки и охлаждают. При отпуске формочку опускают на несколько секунд в горячую воду, встряхивают, крем выкладывают в вазочку и поливают соусом абрикосовым (рец. № 903), или соусом земляничным, или малиновым, или вишневым (рец. № 902) – 30 г на порцию.

974. Крем ягодный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Земляника (садовая) или смородина черная	190	150[1]	152	120[1]	—	—
Сливки (35%-ной жирности)	600	600	400	400	—	—
Сахар или рафинадная пудра	150	150	150	150	—	—
Молоко	—	—	211	200	—	—
Яйца	—	—	2 шт.	80	—	—
Желатин	20	20	20	20	—	—
Вода (для желатина)	160	160	160	160	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1] [illegible]

Ягоды протирают, готовое пюре соединяют с охлажденной до 18–20°C яично-молочной смесью или рафинадной пудрой (крем без яйца). В остальном крем приготавливают, как описано в рец. № 971.

При отпуске крем поливают соусом земляничным (рец. № 902) или соусом черносмородиновым (рец. № 904) – 30 г на порцию.

Для приготовления крема можно использовать вишню или малину и при отпуске поливать соответствующим соусом.

975. Крем из цитрусовых

	БРУТТО	НЕТТО
Мандарины	263	150[1]
или апельсины	341	150[1]
Сливки (35%-ной жирности)	400	400
Сахар	156	156
Молоко	211	200
Яйца	2 шт.	80
Желатин	20	20
Вода (для желатина)	160	160
Выход	—	1000

[1] Масса сока.

Из мандаринов или апельсинов отжимают сок. Приготавливают яично-молочную смесь (с. 437), при помешивании вводят подготовленный, доведенный до кипения желатин, затем добавляют отжатый сок.

Охлажденные сливки взбивают и при непрерывном помешивании вливают в них приготовленную смесь. Готовый крем быстро разливают в формочки и охлаждают.

976. Крем из варенья

Варенье	120	120
Сливки (35%-ной жирности)	400	400
Сахар	75	75
Молоко	237	225
Яйца	2 шт.	80
Желатин	20	20
Вода	55	55
Вода (для желатина)	160	160
Выход	—	1000

Варенье разводят горячей водой и нагревают до кипения, затем процеживают и протирают. Приготовляют яично-молочную смесь (с. 437), при помешивании вводят подготовленный, доведенный до кипения желатин, затем добавляют разведенное протертое варенье.

Охлажденные сливки взбивают и при непрерывном помешивании вливают в них приготовленную смесь. Затем крем быстро разливают в формочки и охлаждают.

Крем выкладывают на вазочку или десертную тарелку, поливают плодовым или ягодным соусом (30 г на порцию).

977. Крем из джема или конфитюра

Джем или конфитюр	120	120
Сливки (35%-ной жирности)	400	400

	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	50	50
Молоко	211	200
Яйца	2 шт.	80
Желатин	20	20
Вода	80	80
Вода (для желатина)	160	160
Выход	—	1000

Приготовляют и отпускают, как описано в рец. № 976.

978. Крем рисовый (латвийское национальное блюдо)

Крупа рисовая	108	108
Масса риса вареного	—	300
Сливки (35%-ной жирности)	500	500
Сахар	150	150
Желатин	10	10
Вода (для желатина)	50	50
Ванилин	0,01	0,01
Выход	—	1000

Рис варят откидным способом и охлаждают. Сливки взбивают, добавляют сахар и предварительно подготовленный желатин. В полученную массу добавляют рис. Приготовленный крем раскладывают в формочки.

Крем подают с соусом клюквенным (рец. № 906) – 30 г на порцию.

979. Сливки или сметана взбитые

Сливки (35%-ной жирности)	900	900
или сметана (36%-ной жирности)	900	900
Рафинадная пудра	150	150
Выход	—	1000

В чистую охлажденную посуду наливают на 1/3 ее объема холодные сливки или сметану и взбивают до тех пор, пока не образуется густая, пышная и устойчивая пена. В сливки или сметану взбитые добавляют при помешивании рафинадную пудру. При отпуске сливки или сметану взбитые кладут в креманку.

Сливки взбитые можно отпускать с вареньем, или апельсинами, или мандаринами (30 г на порцию), или шоколадом (3–5 г на порцию).

980. Сливки взбитые с орехами, шоколадные, лимонные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сливки (35%-ной жирности)	80	80	90	90	90	90
Рафинадная пудра	15	15	15	15	15	15

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Миндаль очищенный	12	11	—	—	—	—
Масса миндаля жареного	—	10	—	—	—	—
Какао-порошок	—	—	3	3	—	—
Цедра лимонная	—	—	—	—	1	1
Выход	—	100	—	100	—	100

Миндаль измельчают и жарят. Какао-порошок или цедру лимонную смешивают с рафинадной пудрой и осторожно вводят в сливки взбитые. При отпуске сливки взбитые кладут в вазочку и посыпают орехами (для сливок взбитых с орехами).

Сливки взбитые можно отпускать с печеньем или бисквитом сухим (палочки) – 30 г на порцию.

СУФЛЕ, ПУДИНГИ, ГРЕНКИ И ДРУГИЕ СЛАДКИЕ БЛЮДА

Воздушный пирог (суфле), пудинги и гренки – сладкие горячие блюда. Взбитые белки – основа для всех видов суфле и пудингов. Они придают изделиям необходимую пышность и пористость.

Взбивать белки для этих блюд необходимо особенно тщательно. Для этого аккуратно отделяют белок от желтка (в присутствии желтка белки плохо взбиваются). Яичные белки охлаждают и взбивают в густую пену сначала медленно, а затем темп взбивания все время ускоряют. Соединяют белки с другими продуктами осторожно, помешивая их сверху вниз, чтобы белки не осели.

981. Суфле ванильное, шоколадное, ореховое

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	2 шт.	80
Сахар	40	40
Молоко	40	40
Мука пшеничная высшего сорта	8	8
Масло сливочное	2	2
Ванилин	0,02	0,02
или какао-порошок, или шоколад	5	5
или миндаль очищенный[1]	30	27
Масса миндаля жареного	—	25
Масса суфле ванильного или шоколадного	—	145
Масса суфле орехового	—	170
Рафинадная пудра	5	5
Молоко	158	150[2]
или сливки	150	150
Выход: суфле ванильного или шоколадного	—	300
суфле орехового	—	325

[1] Можно использовать и другие орехи.
[2] Масса молока кипяченого.

Яичные белки охлаждают и взбивают в густую пену. Желтки растирают с сахаром, добавляют муку, ванилин (для суфле ванильного), растертый шоколад или какао-порошок (для суфле шоколадного), измельченный и поджаренный с сахаром миндаль (для суфле орехового), разводят горячим молоком и, непрерывно помешивая, проваривают смесь до загустения. Горячую

смесь вливают тонкой струей при быстром помешивании в белки взбитые. Затем приготовленную массу выкладывают на порционную сковороду, смазанную маслом, и выпекают в жарочном шкафу в течение 12–15 мин.

Отпускают суфле горячим тотчас же после выпечки на той же сковороде, посыпав рафинадной пудрой.

Кипяченое холодное молоко или сливки подают в молочнике.

982. Суфле плодовое или ягодное

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца (белки)	$3^1/_2$ шт.	84
Сахар	40	40
Масло сливочное	2	2
Пюре плодовое или ягодное (консервы)	50	50
Масса суфле	—	145
Рафинадная пудра	5	5
Молоко	158	150[1]
или сливки	150	150
Выход	—	300

[1] Масса молока кипяченого.

Пюре плодовое или ягодное проваривают с сахаром до загустения, смешивают с белками взбитыми. Далее выпекают и отпускают суфле, как описано в рец. № 981.

983. Пудинг сухарный

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сухари ванильные	40	40	40	40
Молоко	80	80	80	80
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Сахар	15	15	15	15
Изюм	10,2	10	15,3	15
Цукаты	10	10	—	—
Масло сливочное	5	5	5	5
Масса пудинга	—	150	—	140
Соус № 903	—	30	—	30
Выход	—	180	—	170

Яичные желтки растирают с сахаром, разводят холодным молоком; этой смесью заливают ванильные сухари, разломанными на мелкие кусочки, и оставляют на 15 мин для набухания. Когда сухари набухнут, добавляют перебранный и промытый изюм, цукаты, а затем аккуратно вводят взбитые в пену белки. После этого массу перемешивают и раскладывают в смазанные маслом формочки и выпекают в жарочном шкафу.

Пудинг можно варить на пару. Формы, посыпанные сахаром, заполняют на 2/3 объема подготовленной массой и варят.

Пудинг поливают соусом абрикосовым и подают горячим. Пудинг можно подать и в холодном виде с молоком или киселем (200 г на порцию).

984. Пудинг яблочный с орехами

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	93	65
Молоко	100	100
Яйца	1/2 шт.	20
Сахар	15	15
Миндаль очищенный[1]	30	27
Масса миндаля жареного	—	25
Крупа манная	8	8
Масло сливочное	5	5
Соль	0,2	0,2
Масса пудинга	—	200
Соус № 903	—	30
Выход	—	230

[1] Можно использовать и другие орехи.

Очищенный и поджаренный с сахаром миндаль растирают, заливают молоком и варят 2–3 мин. Затем в молоко всыпают тонкой струйкой крупу манную и вновь доводят до кипения. В приготовленную смесь, остывшую до температуры 60–70 °С, вводят растертые с сахаром яичные желтки, очищенные от кожицы и нарезанные кубиками яблоки, добавляют соль, размешивают, затем вводят взбитые белки и полученную смесь вторично осторожно перемешивают.

Приготовленную смесь раскладывают в формы, смазанные маслом, и варят на пару. К пудингу подают соус абрикосовый.

985. Гренки с плодами и ягодами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	69	50[1]	69	50[1]	—	—
Яйца	1/5 шт.	8	1/5 шт.	8	—	—
Молоко	35	35	35	35	—	—
Сахар	3	3	2	2	—	—
Маргарин столовый	10	10	5	5	—	—
Масса гренков	—	75	—	70	—	—
Плоды и ягоды консервированные	30	30	30	30	—	—
Соус № 903	—	50	—	30	—	—
Выход	—	155	—	130	—	—

[1] Масса хлеба, нарезанного без корок.

С батона белого хлеба срезают корки, нарезают его тонкими ломтиками (4–6 мм), пропитывают смесью из яиц, молока и сахара и обжаривают на маргарине с обеих сторон.

При отпуске на поджаренные ломтики хлеба кладут прогретые в сиропе плоды и ягоды и поливают соусом абрикосовым.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

986. Яблоки печеные

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Яблоки	128	113	92	81	78	69
Сахар	20	20	15	15	10	10
Масса печеных яблок с сахаром	—	110	—	80	—	65
Соус №№ 902, 906	—	40	—	—	—	—
Варенье	—	—	30	30	—	—
Рафинадная пудра	—	—	—	—	10	10
Выход	—	150	—	110	—	75

Из яблок, не очищая их от кожицы, удаляют семенные гнезда; образовавшееся отверстие заполняют сахаром. Затем их кладут на противень, подливают небольшое количество воды и пекут в жарочном шкафу 15–20 мин (в зависимости от сорта яблок). Отпускают яблоки горячими или холодными с соусом клюквенным или вишневым, или поливают вареньем, или посыпают рафинадной пудрой.

987. Яблоки печеные со сливками взбитыми

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	120	106
Сахар	15	15
Масса печеных яблок с сахаром	—	100
Миндаль очищенный[1]	6	5,3
Масса миндаля жареного	—	5
Сливки взбитые № 979	—	20
Соус №№ 903, 907	—	30
Выход	—	155

[1] Можно использовать и другие орехи.

Яблоки запекают, как в рец. № 986. При отпуске охлажденные яблоки поливают соусом абрикосовым или яблочным и посыпают жареными измельченными орехами. Вокруг яблок из кондитерского мешка выпускают сливки взбитые.

988. Яблоки по-киевски

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	90	63
Варенье	10	10
Сметана (36%-ной жирности)	25	25
Мука пшеничная	4	4
Сахар	5	5
Яйца	1/4 шт.	10
Кислота лимонная	0,03	0,03
Масса готовых яблок	—	100
Рафинадная пудра	3	3
Выход	—	100

Яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом бланшируют до полуготовности в подкисленной горячей воде. Затем яблоки кладут на порционную сковороду, образовавшиеся отверстия заполняют вареньем. Яблоки заливают яично-сметанной смесью и запекают до готовности. Для приготовления указанной смеси яичные желтки растирают с сахаром, добавляют муку. Затем отдельно взбивают сметану, белки и соединяют с желтками, растертыми с сахаром. Отпускают блюдо в порционной сковороде, сверху посыпают рафинадной пудрой.

	БРУТТО	НЕТТО
989. Яблоки с рисом		
Яблоки	126	88
Кислота лимонная	0,1	0,1
Масса вареных яблок	—	70
Крупа рисовая	15	15
Молоко	45	45
Масло сливочное	5	5
Сахар	10	10
Ванилин	0,03	0,03
Изюм	10,2	10
Яйца	1/10 шт.	4
Маргарин столовый	2	2
Масса запеченной каши	—	70
Соус № 903, 907	—	40
Выход	—	180

Варят кашу рисовую вязкую (с. 183) на молоке с сахаром. В остывшую (до температуры 60–70 °С) кашу добавляют яйца, изюм, ванилин, масло сливочное и перемешивают. Полученную массу кладут на порционную сковороду, смазанную маргарином столовым, и запекают в жарочном шкафу.

Яблоки без кожицы и семенного гнезда варят целиком или половинками в подкисленной воде до готовности.

При отпуске на кашу кладут горячие яблоки и поливают соусом яблочным или абрикосовым.

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
990. Яблоки в тесте жареные				
Яблоки	100	70	100	70
Сахар	3	3	3	3
Мука пшеничная	20	20	20	20
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Молоко	20	20	20	20
Сметана	5	5	5	5
Сахар	3	3	3	3
Соль	0,2	0,2	0,2	0,2
Кулинарный жир	10	10	10	10
Масса яблок жареных	—	130	—	130
Рафинадная пудра	5	5	10	10
Соус №№ 903, 907	—	40	—	
Выход	—	175	—	140

Яблоки с удаленным семенным гнездом и без кожицы нарезают кружочками толщиной 0,5 см и посыпают сахаром. Приготовляют тесто: в желтки, отделенные от белков, кладут сахар, соль, сметану, муку, тщательно перемешивают и разводят молоком. Белки взбивают в густую пену и осторожно вводят в тесто. Кружочки яблок при помощи поварской иглы погружают в тесто, а затем быстро перекладывают в разогретый жир и обжаривают до образования золотистой корочки.

Яблоки жареные кладут на тарелку и посыпают рафинадной пудрой. Соус абрикосовый или яблочный подают в соуснике.

	БРУТТО	НЕТТО

991. Яблоки в слойке

Яблоки	100	70
Сахар	15	15
Тесто слоеное № 1090	—	55
Яйца	1/10 шт.	4
Масса яблок, запеченных в слойке	—	130
Рафинадная пудра	5	5
Выход		135

Тесто слоеное раскатывают в пласт толщиной 0,5 см, разрезают на куски квадратной формы такого размера, чтобы в каждый из них можно было завернуть яблоко.

Подготовленные яблоки (с удаленным семенным гнездом и очищенные от кожицы) кладут на тесто, заполняют образовавшееся углубление сахаром, завертывают в тесто конвертом, смазывают яйцом и выпекают в жарочном шкафу. При подаче посыпают рафинадной пудрой.

992. Шарлотка с яблоками

Яблоки	500	350
Хлеб пшеничный (из муки высшего или первого сорта)	325	325
Молоко	150	150
Яйца	1 1/4 шт.	50
Сахар	100	100
Корица	1	1
Масло сливочное	50	50
Масса готовой шарлотки с яблоками	—	850
Соус № 903	—	150
Выход	—	1000

Очищенные от кожицы и семенных гнезд яблоки нарезают мелкими кубиками и пересыпают сахаром. С хлеба срезают корки. Мякиш режут прямоугольными ломтиками толщиной 0,5 см. Оставшиеся от хлеба обрезки нарезают мелкими кубиками и подсушивают.

Ломтики хлеба смачивают с одной стороны в смеси яиц, молока и сахара, затем ими обкладывают (смоченной стороной вниз) дно и стенки смазанной жиром формы, в которой должна выпекаться шарлотка.

Подсушенные кусочки хлеба перемешивают с яблоками и корицей, заполняют этой смесью форму, сверху покрывают ломтиками хлеба и запекают в жарочном шкафу.

Готовую шарлотку с яблоками выдерживают в форме 10 мин, а затем выкладывают на блюдо или тарелку. При отпуске шарлотку поливают соусом абрикосовым (30 г на порцию в 170 г) или соус можно подать отдельно.

993. Корзиночки с яблоками

Мука пшеничная высшего сорта	25	25
Маргарин столовый	15	15
Сахар	10	10
Яйца	1/10 шт.	4
Соль	0,1	0,1
Масса корзиночек	—	45
Яблоки свежие	90	63
Масса яблок вареных	—	50
Кислота лимонная	0,1	0,1
Соус № 903	—	30
Выход	—	125

Маргарин, сахар, яйца, соль перемешивают до однородной массы, затем добавляют муку и перемешивание продолжают еще 2–3 мин. Температура теста 19–22 °С. Тесто раскатывают до толщины 7–8 мм и вырезают из него выемкой кружки; кружки теста кладут в формочки так, чтобы тесто плотно прилегало к дну и стенкам, и выпекают на листах. Выпечка теста производится при температуре 240–260 °С в течение 12–14 мин.

Яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, нарезают дольками, варят в воде, подкисленной кислотой лимонной, и охлаждают. В корзиночки кладут яблоки и перед самым отпуском поливают соусом абрикосовым.

994. Корзиночки с ягодами

	БРУТТО	НЕТТО
Корзиночки выпеченные[1]	—	45
Земляника (садовая) или малина	59	50
Соус № 902	—	30
Выход	—	125

[1] Норма закладки продуктов и технология выпечки даны в рец. № 993.

Подготовленные ягоды кладут в корзиночки и перед отпуском поливают соусом земляничным или малиновым.

995. Корзиночки с плодами и ягодами консервированными

	БРУТТО	НЕТТО
Корзиночки выпеченные[1]	—	45
Плоды и ягоды консервированные	50	50
Соус № 903	—	30
Выход	—	125

[1] Норма закладки продуктов и технология выпечки даны в рец. № 993.

В корзиночки кладут плоды и ягоды консервированные и перед отпуском поливают соусом абрикосовым.

МОРОЖЕНОЕ

В рецептурах используется мороженое промышленного производства. Наибольшим спросом пользуются пломбир и сливочное мороженое (ОСТ 49-73-74).

Отпускают мороженое с различными сладкими соусами, свежими, консервированными и быстрозамороженными плодами и ягодами, вареньем, сливками взбитыми, печеньем (сдобным, сахарным).

Мороженое отпускают в креманках, фужерах или специальных вазочках; его можно подать с соками плодовыми или ягодными натуральными или с напитками безалкогольными газированными в бокалах с соломинками.

996. Мороженое-ассорти с плодами консервированными

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мороженое: сливочное	40	120	40	80
сливочное с плодами и ягодами	40		40	
сливочное шоколадное	40		—	

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Плоды консервированные	20	20	15	15
Сироп консервированного компота	15	15	10	10
Выход	—	155	—	105

Шарики мороженого кладут в вазочку, сверху помещают кусочки плодов консервированных и поливают сиропом.

997. Мороженое с плодами или ягодами консервированными

Мороженое сливочное или пломбир	75	75	60	60
Плоды или ягоды консервированные	25	25	20	20
Сироп консервированного компота	20	20	15	15
Сахар	5	5	5	5
Масса сиропа	—	20	—	15
Миндаль очищенный	12	11	6	5,3
Масса миндаля жареного	—	10	—	5
Сливки взбитые № 979	—	25	—	—
Выход	—	150	—	100

Мороженое кладут в вазочку, украшают плодами или ягодами консервированными, поливают густым сиропом (полученным при уваривании сиропа консервированных плодов или ягод и сахара) и посыпают измельченными жареными орехами. Сливки взбитые выпускают из конверта вокруг плодов или ягод.

998. Мороженое «Сюрприз»

	БРУТТО	НЕТТО
Пломбир	100	100
Яйца (белки)	2 шт.	48
Рафинадная пудра	40	40
Бисквит	50	50
Плоды консервированные (яблоки или груши)	50	50
Рафинадная пудра	5	5
Сироп консервированного компота	25	25
Выход	—	300

На мельхиоровое блюдо кладут ломтики пропитанного сиропом бисквита, на них – нарезанные тонкими ломтиками яблоки или груши консервированные, а затем шарики мороженого. Мороженое сверху и с боков быстро покрывают слоем плодов консервированных, бисквита и взбитыми с рафинадной пудрой белками, выпуская их из кондитерского мешка.

Подготовленное блюдо быстро запекают в жарочном шкафу (1–2 мин) при высокой температуре так, чтобы яичные белки сразу подрумянились. При отпуске поверхность блюда посыпают рафинадной пудрой.

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

999. Мороженое с вином

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мороженое плодово-ягодное	120	120	80	80
Вино виноградное десертное	30	30	20	20
Выход	—	150	—	100

Два-три шарика мороженого кладут в вазочку и поливают охлажденным вином.

1000. Мороженое «Планета»

	БРУТТО	НЕТТО
Пломбир или пломбир шоколадный	150	150
Соус № 899	40	40
Арахис	15	11
Масса арахиса жареного	—	10
Печенье	20	20
Выход	—	220

Шарики мороженого кладут в вазочку, обливают соусом шоколадным и посыпают измельченными жареными орехами. Вокруг кладут печенье.

1001. Мороженое «Восток»

	БРУТТО	НЕТТО
Пломбир: шоколадный	100	200
ореховый	100	
Соус № 899	20	20
Печенье	5	5
Выход	—	225

В креманку кладут рядом два шарика мороженого, а между ними – печенье. Пломбир ореховый поливают соусом шоколадным.

1002. Мороженое «Космос»

	БРУТТО	НЕТТО
Пломбир	120	120
Соус № 899	40	40
Миндаль очищенный	6	5,3
Масса миндаля жареного	—	5
Выход	—	165

В фужер наливают третью часть соуса шоколадного, кладут половину порции мороженого, поливают соусом, сверху кладут оставшуюся часть мороженого и заливают соусом.

Мороженое посыпают измельченными жареными орехами.

1003. Мороженое «Северное сияние»

	БРУТТО	НЕТТО
Пломбир	200	200
Соус № 903	20	60
Соус № 907	20	
Соус № 906	20	
Выход	—	260

В фужер кладут 1/3 нормы пломбира и поливают соусом абрикосовым, затем кладут еще часть пломбира и поливают соусом яблочным, сверху кладут остальной пломбир и заливают соусом клюквенным.

	БРУТТО	НЕТТО

1004. Мороженое «Пингвин»

Мороженое сливочное	150	150
Варенье из клюквы или смородины черной	30	30
Выход	—	180

Шарики мороженого кладут в креманку или вазочку и с одной стороны поливают вареньем.

1005. Мороженое «Айсберг»

Пломбир	150	150
Молоко пастеризованное	50	50
Земляника (садовая) свежая	88	75
или быстрозамороженная с сахаром	75	75
Выход	—	275

В креманку кладут шарик пломбира и наливают молоко пастеризованное охлажденное так, чтобы оно не попало на мороженое, вокруг кладут землянику. При использовании замороженной земляники с сахаром мороженое поливают сиропом, образовавшимся в банке с земляникой; одну ягоду кладут на шарик мороженого.

1006. Мороженое «Москва»

Пломбир	50	200
Пломбир крем-брюле	50	
Пломбир шоколадный	50	
Пломбир с плодами и ягодами	50	
Компот из вишни (консервы)	30	30
Соус № 899	10	10
Печенье	20	20
Выход	—	260

В креманку кладут три шарика пломбира, поливают соусом шоколадным, сверху кладут четвертый шарик пломбира и в центре его – печенье. Мороженое украшают вишней.

1007. Мороженое «Спутник»

Пломбир	100	200
Пломбир шоколадный	50	
Пломбир клубничный	50	
Абрикосы консервированные	15	15
Соус № 899	35	35
Выход	—	250

В центре вазочки кладут шарик пломбира, по бокам – шарики клубничного и шоколадного пломбиров, поливают соусом шоколадным так, чтобы они не были полностью покрыты. Между шариками кладут две половинки абрикоса.

МОРОЖЕНОЕ МЯГКОЕ

Мягкое мороженое вырабатывается из сухих смесей на предприятиях общественного питания и торговли непосредственно перед отпуском покупателю.

Это мороженое представляет собой продукт кремообразной консистенции с нежной структурой, невысокой взбитостью (40–60%) и температурой – 5 – 7°С.

Мягкое мороженое не подвергается закаливанию до низких температур и отпускается потребителю тотчас же по выходе из фризера.

В зависимости от используемой смеси мягкое мороженое выпускают следующих видов: сливочное, сливочно-белковое, сливочно-шоколадное, сливочно-кофейное, молочное с повышенным содержанием жира, молочное.

Мороженое этих видов можно отпускать со специальными гарнирами (шоколадным, ореховым, миндальным, шоколадно-ореховым, клубничным, малиновым, вишневым, абрикосовым, черносмородиновым, яблочным, клюквенным, коньячным), а также с орехами, плодами, ягодами, вареньем, шоколадом, коньяком, ликером.

Рецептуры специальных гарниров, технология производства и продажи мягкого мороженого приведены в технологической инструкции, утвержденной приказом Министерства торговли СССР от 16 февраля 1977 г. № 33. Состав и качество восстановленных смесей должны отвечать требованиям ОСТ 28 2–77 на мягкое мороженое.

СЛАДКИЕ БЛЮДА ИЗ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ ДЕСЕРТНЫХ ПОЛУФАБРИКАТОВ ДЛЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

Для приготовления сладких блюд используют быстрозамороженные десертные полуфабрикаты.

В ассортимент быстрозамороженных десертных полуфабрикатов для общественного питания входят: яблоки целые (бланшированные в сахарном сиропе); яблоки половинками или четвертинками (бланшированные в сахарном сиропе); яблоки нарезанные в яблочном пюре с сахаром; яблоки с морковью нарезанные в яблочном пюре с сахаром; яблоки, протертые с сахаром; яблоки с тыквой нарезанные в сахарном сиропе; земляника (садовая) в земляничном пюре с сахаром; земляника (садовая) дробленая с сахаром; тыква нарезанная в тыквенном пюре с сахаром.

Быстрозамороженные полуфабрикаты используются в качестве самостоятельных сладких блюд порциями по 150–200 г.

Яблоки, протертые с сахаром, или землянику (садовую) дробленую с сахаром можно подать к блинам, оладьям, запеканке из творога, рисовой, манной, пшенной, пшеничной, к биточкам пшеничным, пшенным, перловым и ячневым.

НАПИТКИ

Напитки подразделяются на горячие и холодные. К горячим напиткам относятся чай, кофе, какао, горячие напитки с вином, шоколад; к холодным – молоко, молочные и сливочные прохладительные напитки, кисломолочные продукты, плодово-ягодные прохладительные напитки, коктейли молочные и десертные.

Нормы расхода воды, молока, молочных продуктов (за исключением молока сгущенного), соков, сиропов, винно- и ликеро-водочных изделий указаны в миллилитрах, остальных продуктов – в граммах.

В рецептурах раздела выход напитков приведен в миллилитрах, а масса наполнителей – в граммах, кроме молока, сливок. В этом случае в числителе указывается выход напитков, в знаменателе – масса наполнителя.

ЧАЙ, КОФЕ, КАКАО, ШОКОЛАД

Напитки из чая, кофе, какао обладают тонким приятным ароматом, тонизирующими свойствами, благодаря содержанию в них кофеина и других физиологически активных веществ.

Чай, кофе, какао в процессе хранения теряют аромат и поглощают посторонние запахи. Поэтому их следует хранить в сухих помещениях в плотно закрытой таре, вдали от пряностей и других продуктов, обладающих специфическими запахами. Не рекомендуется оставлять чай, кофе и какао в распечатанных пачках, незакрытых банках и т.п.

Ароматические и вкусовые вещества чая, кофе и какао очень летучи и разрушаются при кипячении и длительном хранении напитков.

Готовить напитки надо по мере спроса небольшими партиями, не допуская кипения, длительного нагрева, повторного разогревания.

Температура горячих напитков при подаче должна быть не ниже 75°C, холодных – не выше 14°C и не ниже 7°C.

ЧАЙ

Для приготовления напитка используют следующие виды чая: байховый (черный, зеленый), плиточный черный, зеленый кирпичный. Наибольшим спросом пользуется чай краснодарский, индийский, цейлонский, грузинский. В ресторанах рекомендуется использовать чай не ниже высшего сорта, а на других предприятиях не ниже 1-го сорта.

В зависимости от типа предприятия подачу чая следует производить в стаканах с подстаканниками либо без них (при массовом обслуживании), чайных чашках, пиалах, парами чайников. На предприятиях II и III категории необходимо предусмотреть чайные столы.

К чаю можно предложить широкий ассортимент кондитерских и хлебобулочных изделий: конфеты, шоколад, торты, пирожные, пряники, печенье, сухари, бублики, пироги и др.

	I	II и III
	НЕТТО	НЕТТО
1008. Чай-заварка		
Чай «экстра» и высшего сорта	40	—
Чай высшего и 1-го сорта	—	20
Вода	1100	1080
Выход	1000	1000

Чай заваривают в фарфоровом чайнике. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5–10 мин, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком. Зеленый кирпичный чай перед завариванием измельчают.

Кроме того, для приготовления чая можно использовать чай, выпускаемый в пакетиках для разовой заварки.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным.

На порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки, что равноценно 2 г сухого чая по I колонке и 1 г – по II и III колонкам.

1009. Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом

	I НЕТТО	II НЕТТО	III НЕТТО
Чай-заварка № 1008, мл	50	50	50
Вода	150	150	150
Сахар	22,5[1]	15	15
или варенье, или джем, или мед	40	30	20
или повидло	50	40	30
Выход: с сахаром	200/22,5	200/15	200/15
с вареньем, или джемом, или медом	200/40	200/30	200/20
с повидлом	200/50	200/40	200/30

[1] По просьбе посетителей можно подать сахар в количестве 15 г на порцию.

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар, варенье, джем, мед, повидло подают отдельно на розетке (по III колонке допускается класть сахар в стакан с заваркой).

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8–10°С. Чай можно готовить без сахара.

1010. Чай с лимоном

	I НЕТТО	II и III НЕТТО
Чай-заварка № 1008, мл	50	50
Вода	150	150
Сахар	22,5	15
Лимон	10/9[1]	8/7[1]
Выход	200/22,5/9	200/15/7

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто.

Лимон, нарезанный тонкими кружочками, подают на розетке. Чай отпускают, как указано в предыдущей рецептуре (по III колонке допускается класть сахар в стакан с заваркой, лимон – непосредственно перед отпуском).

1011. Чай с молоком или сливками

	I НЕТТО	II НЕТТО	III НЕТТО
Чай-заварка № 1008, мл	50	50	50
Сахар	22,5	15	15
Молоко	50	50	50
или сливки	25	25	—
Вода (для чая с молоком)	100	100	100
Вода (для чая со сливками)	125	125	—
Выход: с молоком	150/50/22,5	150/50/15	150/50/15
со сливками	175/25/22,5	175/25/15	—

Чай подают, как указано в рец. № 1009, а горячие молоко или сливки – в молочнике.

1012. Чай парами чайников[1]

	I НЕТТО	II НЕТТО	III НЕТТО
Чай черный для заварки	8	4	—
Вода	220	216	—
Выход заварки, мл	200	200	—

[1] Чай парами чайников отпускают в чайных, специализированных кафе, при обслуживании в гостиницах.

Чай заваривают в фарфоровом чайнике емкостью 250 мл; кипяток наливают в фарфоровый чайник емкостью 1 л. Сахар подают на розетке по 15 или 30 г (по желанию посетителей) из расчета на одну порцию.

1013. Чай одним чайником

	1-й вариант II НЕТТО	2-й вариант II НЕТТО
Чай зеленый	8	4
Вода	825	412
или чай черный	4	2
Вода	816	408
Выход	800	400

Чай заваривают в чайниках емкостью 1 л или 0,5 л.
Можно подать сахар по 15 или 30 г на порцию.

КОФЕ

Промышленность выпускает кофе жареный в зернах и молотый. Молотый кофе вырабатывается натуральным и с добавлением цикория. Кроме того, выпускают кофе натуральный растворимый, а также консервы «Кофе натуральный со сгущенным молоком и сахаром».

Из обжаренных и размолотых продуктов растительного происхождения (ячменя, желудей, сои и др.) вырабатывают кофейные напитки трех типов: с добавлением кофе натурального («Наша марка», «Новость», «Дружба», «Экстра», «Народный», «Арктика» и др.); без добавления кофе и с добавлением цикория («Кубань», «Ячменный», «Балтика» и др.); без добавления кофе и цикория («Золотой колос» и др.).

Для приготовления напитка на предприятиях высшей категории необходимо провести дополнительное обжаривание кофе натурального жареного (в зернах). Кофе жарят на толстостенных чугунных сковородах или противнях, насыпая слоем 2–3 см и непрерывно помешивая, чтобы зерна не подгорали, в течение 8–10 мин при средней ступени нагрева конфорки плиты.

Жареные кофейные зерна размалывают на специальных мельницах (кофемолках). Размалывать кофе рекомендуется непосредственно перед приготовлением напитка, так как молотый кофе быстро теряет аромат. Следует учитывать, что кофе крупного помола лучше сохраняет аромат, чем мелко молотый, легче отстаивается от гущи и напиток получается более прозрачным. Для приготовления кофе по-восточному, подаваемого вместе с гущей, зерна следует измельчать очень тонко; они должны проходить через металлическое сито с размером ячеек 0,63 или 0,40 мм или через более частое сито.

На предприятиях «Люкс» и высшей категории для приготовления кофе черного используют только полуавтоматические кофеварки типа «Экспресс» или специальные кофейники.

На предприятиях I, II, III категории используют также электрокофеварки.

Высококачественный кофе готовится в кофеварках типа «Экспресс». Процесс приготовления напитка в аппарате производится в соответствии с имеющейся при нем инструкцией и продолжается не более 1 мин.

Перед приготовлением кофе в специальных кофейниках их предварительно ополаскивают кипятком, всыпают молотый кофе (по норме), заливают кипятком и дают отстояться в течение 5–8 мин.

При изготовлении в электрокофеварках кофе закладывают из расчета на 1 л напитка. Молотый кофе насыпают в сетку аппарата за 5–6 мин до закипания воды. В процессе варки из кофе экстрагируются вкусовые и ароматические вещества. Для улучшения вкуса напитка кофе оставляют в аппарате на 5–8 мин.

Готовый кофе наливают в кофейники, либо непосредственно в кофейные чашки, стаканы с подстаканниками или без них и подают.

Растворимый кофе готовят только в кофейниках по мере спроса. Кофе заливают кипятком и размешивают.

Можно использовать кофе натуральный растворимый, расфасованный в пакетики.

Кофе черный отпускают по 100 мл, отдельно подают сахар в количестве 15 г, а также лимон массой нетто 7 г. В зависимости от спроса кофе можно отпускать по 200 мл.

Кофе на молоке, молоке сгущенном, из консервов, кофейный напиток отпускают по 200 мл.

1014. Кофе черный 1-й вариант (для кофеварки типа «Экспресс»)

	НЕТТО
Кофе натуральный	6
Выход	100

Кофе черный 2-й вариант

	I НЕТТО	II и III НЕТТО
Кофе натуральный	60	40
Вода	1140	1100
или кофе натуральный растворимый	20	10
Вода	1030	1030
Выход	1000	1000

Варят и отпускают кофе черный, как указано выше.

1015. Кофе черный с лимоном и коньяком или ликером

	I и II НЕТТО
Кофе черный № 1014 (2-й вариант), мл[1]	100
Сахар	15
Лимон	8/7[2]
Коньяк	25
или ликер	15
Выход: с сахаром, лимоном и коньяком	100/15/7/25
с сахаром, лимоном и ликером	100/15/7/15

[1] Здесь и далее по I колонке можно использовать кофе черный, приготовленный по 1-му варианту рец. № 1014.
[2] В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто.

Варят кофе черный и подают, как указано на с. 454–455. Лимон и сахар подают на розетке; коньяк и ликер – в рюмке.

1016. Кофе черный с молоком или сливками

	I и II НЕТТО
Кофе черный № 1014 (2-й вариант), мл	100
Сахар	15
Молоко или сливки	25
Выход	100/25/15

Варят кофе черный и подают, как указано на с. 454–455. Отдельно подают сахар, горячие молоко или сливки.

1017. Кофе на молоке

	I и II НЕТТО	III НЕТТО
Кофе натуральный	40	30
или кофе натуральный с цикорием	40	30
Молоко	375	250
Вода	715	840
Сахар	125	100
Выход	1000	1000

Варят кофе черный (с. 454–455), процеживают, добавляют горячее молоко, сахар и доводят до кипения.

1018. Кофе на молоке сгущенном

	I и II НЕТТО	III НЕТТО
Кофе натуральный	40	30
или кофе натуральный с цикорием	40	30
Молоко цельное сгущенное с сахаром (консервы)	140	95
Сахар	60	55
Вода	955	995
или молоко сгущенное стерилизованное (консервы)	170	115
сахар	125	100
вода	920	980
Выход	1000	1000

В сваренный, процеженный кофе черный (с. 454–455) добавляют молоко сгущенное, сахар, размешивают и доводят до кипения.

1019. Кофе на молоке по-варшавски

	I НЕТТО
Кофе натуральный	8
или кофе натуральный с цикорием	8
Вода	120
Сахар	25

	I НЕТТО
Молоко топленое	100
Молоко для пенок	85
Выход	200/5[1]

[1] Масса пенок, получаемых из 85 г молока.

В процеженный кофе черный добавляют сахар, горячее топленое молоко и доводят до кипения.

Перед подачей в кофе кладут горячую молочную пенку, снятую при топлении молока.

1020. Кофе из консервов «Кофе натуральный со сгущенным молоком и сахаром»

	II НЕТТО	III НЕТТО
Кофе натуральный со сгущенным молоком и сахаром (консервы)	250	200
Вода	850	900
Выход	1000	1000

Кофе со сгущенным молоком и сахаром разводят горячей водой, тщательно размешивают и доводят до кипения.

1021. Кофе по-восточному

	I НЕТТО
Кофе натуральный	10
Сахар	15
Вода	105
Выход	100

Мелко смолотый натуральный кофе (с. 454) засыпают в специальную посуду (турку), добавляют сахар, заливают холодной водой и доводят до кипения. Подают кофе в турке или переливают в кофейные чашки, не процеживая. Отдельно подают холодную кипяченую воду.

По специальному заказу кофе по-восточному приготовляют без сахара.

1022. Кофе черный со взбитыми сливками по-венски

	I и II НЕТТО
Кофе черный № 1014 (2-й вариант), мл	100
Сахар	15
Сливки взбитые № 979	30
Выход	130

В готовый кофе черный добавляют сахар. При отпуске в стакан или чашку с кофе кладут взбитые сливки.

1023. Кофе черный с мороженым (гляссе)

	I и II НЕТТО
Кофе черный № 1014 (2-й вариант), мл	100
Сахар	15
Мороженое сливочное, или молочное, или пломбир	50
Выход	150

В готовый кофе черный добавляют сахар и охлаждают до 8–10°C.

При отпуске кофе наливают в бокал, фужер или конический стакан, кладут шарик мороженого и немедленно подают.

1024. Кофейный напиток

	НЕТТО
Кофейный напиток «Дружба», «Экстра», «Народный» и др.	40
Вода	860
Сахар	100
Молоко	250
Выход	1000

Порошок кофейного напитка заливают кипятком (учитывая добавление молока) и доводят до кипения. После отстаивания (3–5 мин) напиток сливают в другую посуду, кладут сахар, добавляют горячее молоко и вновь доводят до кипения.

КАКАО И ШОКОЛАД

Какао и шоколад готовят в специально предназначенной для этой цели посуде. Отпускают какао и шоколад по 200 мл в чашках или стаканах.

1025. Какао с молоком

	I НЕТТО	II НЕТТО	III НЕТТО
Какао-порошок	35	25	20
Молоко	900	650	500
Вода	140	400	550
Сахар-песок	150	125	100
Выход	1000	1000	1000

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.

1026. Какао с молоком сгущенным

	II НЕТТО	III НЕТТО
Какао-порошок	25	20
Молоко цельное сгущенное с сахаром (консервы)	245	190
Сахар	15	15
Вода	820	880

	II НЕТТО	III НЕТТО
или молоко сгущенное стерилизованное (консервы)	300	230
сахар	125	100
вода	750	820
Выход	1000	1000

Молоко сгущенное с сахаром или сгущенное стерилизованное (без сахара) разводят горячей водой и доводят до кипения. Напиток готовят, как указано в рец. № 1025.

1027. Какао из консервов «Какао со сгущенным молоком и сахаром»

Какао со сгущенным молоком и сахаром (консервы)	250	200
Вода	850	900
Выход	1000	1000

Какао со сгущенным молоком и сахаром разводят горячей водой, тщательно размешивают и доводят до кипения.

1028. Какао с мороженым

	I и II НЕТТО
Какао с молоком № 1025, мл	150
Мороженое сливочное, или молочное, или пломбир	50
Выход	200

Какао с молоком (рец. № 1025) охлаждают до 8–10°С. При отпуске какао наливают в бокал, фужер или конический стакан, кладут шарик мороженого и немедленно подают.

1029. Шоколад

	I НЕТТО	II НЕТТО
Шоколад	12	10
Сахар	30	25
Молоко	180	130
Вода	30	80
Выход	200	200

Для приготовления напитка используют шоколад в порошке или в плитках, которые предварительно измельчают. Готовят так же, как и какао (рец. № 1025).

1030. Шоколад со взбитыми сливками

Шоколад № 1029, мл	200	200

	I	II
	НЕТТО	НЕТТО
Сливки взбитые № 979	50	30
Лед пищевой	20	20
Выход	200/50/20	200/30/20

Приготовленный шоколад охлаждают, разливают, добавляют мелко наколотый пищевой лед, сверху кладут взбитые сливки.

МОЛОКО, КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

На предприятия общественного питания молоко поступает пастеризованное в бутылках или пакетах, а также разливное – во флягах.

Молоко, поступившее во флягах, перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели. Потери при кипячении молока составляют 5%. Из бутылок и пакетов молоко, кефир и другие кисломолочные продукты наливают непосредственно в стаканы. При этом потери при реализации составляют: кефира – 3,5%; ацидофилина – 7,5%; ряженки – 3%; простокваши – 5%.

Молоко и кисломолочные продукты подают в стаканах.

Кисломолочные продукты можно отпускать с сахаром по 5–10 г, а также с кукурузными или пшеничными хлопьями – по 15 г на порцию.

Простоквашу, ряженку, поступающие в банках (емкостью 0,2 л), отпускают в этой же посуде.

1031. Молоко кипяченое

	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	211	200[1]
Выход	—	200

[1] Масса молока кипяченого.

1032. Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка

	БРУТТО	НЕТТО
Кефир	207	200
или ацидофилин	216	200
или простокваша	211	200
или ряженка	206	200
Выход	—	200

ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ С ВИНОМ

Горячие напитки с вином готовят в специальной посуде.

Для приготовления этих напитков используют сок плодовый или ягодный (яблочный, грушевый, виноградный и др.).

При отпуске некоторых напитков кладут ломтик лимона, апельсина, мандарина, яблока. Плоды, кроме лимонов, очищают от цедры.

Подают в чашках, бокалах.

1033. Чай с красным вином

	НЕТТО
Вино столовое сухое красное	50
Чай черный	2
Вода	165

	НЕТТО
Сахар	25
Корица	0,1
Гвоздика	0,1
Выход	200

Пряности кипятят 2–3 мин, затем в этом отваре заваривают чай и дают ему настояться 5–10 мин, добавляют сахар, доводят до кипения, процеживают, вливают вино и вновь доводят до кипения.

1034. Напиток «Плодовый»

Сок плодовый или ягодный натуральный	130
Вода	40
Сахар	20
Вино десертное «Кагор»	40
Выход	200

В сок плодовый или ягодный добавляют горячую кипяченую воду и сахар, кипятят 2–3 мин, затем вливают вино «Кагор» и доводят до кипения.

1035. Напиток «Спортивный»

Сахар	25
Корица	0,1
Гвоздика	0,1
Мускатный орех	0,05
Вода (для сиропа)	110
Вино столовое красное	100
Яблоки	10/9[1]
или мандарины	12/9[1]
или лимон	10/9[1]
Выход	200/9

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто.

Сахарный сироп, сваренный с пряностями и цедрой процеживают, добавляют вино, доводят до кипения.

Отпускают напиток с ломтиком яблока, или лимона, или долькой мандарина.

1036. Напиток «Застольный»

Вино столовое красное	190
Коньяк	20
Лимон	8/7[1]
или апельсин	10/7[1]
Сахар	20
Корица	0,05
Гвоздика	0,05
Мускатный орех	0,1
Выход	200/7

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто.

В вино добавляют пряности, цедру, сахар, доводят до кипения, процеживают. Перед отпуском добавляют коньяк, кладут ломтик лимона или апельсина.

ПРОХЛАДИТЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

МОЛОЧНЫЕ И СЛИВОЧНЫЕ ПРОХЛАДИТЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

Готовят молочные и сливочные прохладительные напитки из смеси молока, сливок, мороженого, сахара, соков и др.

Для их приготовления рекомендуется использовать молоко или сливки пастеризованные, поступающие в бутылках и пакетах.

Подают напитки в бокалах, стаканах.

1037. Молочный прохладительный напиток с соком плодовым или ягодным

	НЕТТО
Молоко	125
Мороженое молочное	50
Сахар	8
Сок плодовый или ягодный натуральный	25
Выход	200

Мороженое, сахар, сок, охлажденное молоко перемешивают и немедленно подают.

1038. Молочный прохладительный напиток с джемом

Молоко	140
Мороженое молочное	50
Джем	20
Выход	200

Приготавливают так же, как указано в рец. № 1037 (только без сахара). Вместо сока добавляют джем.

1039. Сливки с соком апельсиновым

Сливки (10%-ной жирности)	100
Сок апельсиновый	25
Сахар	25
Яйца (желтки)	8
Выход	150

Яичные желтки растирают с сахаром, добавляют сок апельсиновый, размешивают, разливают в бокалы и доливают сливки.

1040. Сливки с ликером

Сливки (10%-ной жирности)	100
Ликер «Кофейный» или «Шоколадный»	50
Выход	150

Охлажденные сливки разливают в бокалы, добавляют ликер и размешивают.

ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЕ ПРОХЛАДИТЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

Плодово-ягодные прохладительные напитки готовят из лимонов, ревеня, клюквы, других плодов и ягод, а также из варенья и сиропов.

Отпускают напитки охлажденными в бокалах, фужерах, стаканах, а при групповом обслуживании – в кувшинах. Пищевой лед подают отдельно в количестве 10 г на порцию.

При приготовлении прохладительных напитков сахар рекомендуется предварительно растворить в воде и процедить.

НЕТТО

1041. Напиток апельсиновый или лимонный

Апельсины	110[1]
Вода	1050
или лимоны	80[1]
вода	1070
Сахар	120
Выход	1000

[1]Норма закладки указана массой брутто.

Цедру, снятую с лимона или апельсина, мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 мин, а затем оставляют на 3–4 ч для настаивания. После процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный или апельсиновый сок и охлаждают.

1042. Напиток клюквенный

Клюква	132/125[1]
Вода	1015
Сахар	120
Выход	1000

[1]В числителе указана масса брутто, в знаменателе масса нетто.

Подготовленные ягоды протирают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, варят 5–8 мин и процеживают.

В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый сок и охлаждают.

1043. Напиток яблочный

Яблоки[1]	142/125[2]
Сахар	120
Вода	1040
Выход	1000

[1]При использовании яблок сладких сортов можно добавить 1 г кислоты лимонной.
[2]В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто.

Яблоки с удаленным семенным гнездом протирают и отжимают сок. Оставшуюся мезгу заливают горячей водой, варят 10–15 мин и процеживают. В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый сок и охлаждают.

1044. Напиток из ревеня

	НЕТТО
Ревень	400/300[1]
Сахар	120
Вода	1100
Кислота лимонная	1
Выход	1000

[1]В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто.

Черешки ревеня, очищенные от волокон, мелко нарезают, варят в закрытой посуде 15–20 мин, настаивают и процеживают. Затем добавляют сахар, кислоту лимонную и охлаждают.

1045. Напиток из варенья

Варенье брусничное, или черносмородиновое, или др.	100
Сахар	60
Кислота лимонная	1
Вода	1060
Выход	1000

Варенье разводят горячей водой и доводят до кипения, процеживают, одновременно протирая ягоды, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения и охлаждают.

1046. Напиток из сиропа

Сироп малиновый, или вишневый, или апельсиновый, или яблочный	175
Вода кипяченая	835
Выход	1000

В сироп промышленного производства вливают небольшое количество теплой кипяченой воды (40°С), перемешивают, добавляют остальную кипяченую воду и охлаждают.

1047. Напиток из плодов шиповника

Плоды шиповника сушеные	100
Сахар	100
Вода	1000
Выход	1000

Промытые холодной водой плоды шиповника заливают кипятком, варят в закрытой посуде при слабом кипении 5–10 мин и добавляют сахар. Затем оставляют для настаивания на 22–24 ч. После этого отвар процеживают.

	НЕТТО

1048. Квас хлебный из экстракта

Экстракт хлебного кваса	90
Вода	910
Дрожжи прессованные	3
Сахар	11
Выход	1000

Экстракт хлебного кваса разводят кипяченой теплой водой. Дрожжи также разводят теплой кипяченой водой и оставляют на 20–30 мин, соединяют с разведенным экстрактом, добавляют сахар и оставляют на 5–6 ч для брожения при температуре 20°С, затем процеживают

1049. Напиток «Петровский»

Квас хлебный из экстракта № 1048	985
Мед	25
Хрен (корень)	39/25[1]
Выход	1000

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто.

В небольшое количество кваса добавляют мед, размешивают до полного растворения, соединяют с оставшимся квасом, кладут нарезанный тонкими ломтиками хрен, плотно закрывают и оставляют на 2–4 ч в охлаждаемом помещении. Затем процеживают. Подают с кусочками пищевого льда.

БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ КОКТЕЙЛИ

В зависимости от используемых продуктов безалкогольные коктейли подразделяют на сливочные, молочные, молочные с мороженым и десертные.

Смешивание составных компонентов коктейлей производят следующим образом: в сосуд-смеситель коктейлевзбивалки типа «Воронеж» вводятся сливки или молоко, затем сиропы и в последнюю очередь - мороженое.

Продукты отмеривают точно по объему или по массе, как указано в рецептурах. Затем сосуд-смеситель со смесью устанавливают под мешалку. Размешивание и взбивание коктейлей производят в течение 60 с при скорости вращения мешалки 13000 об/мин. Приготовленные коктейли немедленно разливают в бокалы или стаканы и отпускают. Температура их должна быть 5–8° С.

Для приготовления коктейлей используются сиропы и соки плодовые и ягодные натуральные промышленного производства, молоко и сливки пастеризованные – в бутылках, пакетах.

КОКТЕЙЛИ СЛИВОЧНЫЕ

Наименование компонентов	**1050. Сливочно-шоколадный**	**1051. Сливочно-кофейный**
	НЕТТО	НЕТТО
Сливки 10%-ной жирности	120	125
Сироп шоколадный № 911	30	—
Сироп кофейный № 910	—	25
Выход	150	150

КОКТЕЙЛИ МОЛОЧНЫЕ

Наименование компонентов	1052. Молочно-шоколадный	1053. Молочно-кофейный	1054. Молочно-плодовый	1055. Молочно-ягодный
	НЕТТО	НЕТТО	НЕТТО	НЕТТО
Молоко	120	120	120	120
Сироп шоколадный № 911	30	—	—	—
Сироп кофейный № 910	—	30	—	—
Сироп плодовый натуральный	—	—	30	—
Сироп ягодный натуральный	—	—	—	30
Выход	150	150	150	150

КОКТЕЙЛИ МОЛОЧНЫЕ С МОРОЖЕНЫМ

Наименование компонентов	1056. Молочно-шоколадный с мороженым	1057. Молочно-кофейный с мороженым	1058. Молочно-плодовый с мороженым	1059. Молочно-ягодный с мороженым
	НЕТТО	НЕТТО	НЕТТО	НЕТТО
Молоко	100	100	100	100
Мороженое	25	25	25	25
Сироп шоколадный № 911	25	—	—	—
Сироп кофейный № 910	—	25	—	—
Сироп плодовый натуральный	—	—	25	—
Сироп ягодный натуральный	—	—	—	25
Выход	150	150	150	150

КОКТЕЙЛИ ДЕСЕРТНЫЕ

1060. Плодовый коктейль с мороженым

	НЕТТО
Плоды компота ассорти[1]	50
Мороженое	50
Сироп плодовый или ягодный натуральный	10
Напиток плодово-ягодный №№ 1041, 1042, 1043	40
Выход	100/50

[1]Плоды компота ассорти добавляют в коктейль при отпуске, сироп от компота ассорти используют при приготовлении напитков.

	НЕТТО

1061. Коктейль апельсиновый с мускатным орехом

Сироп апельсиновый	30
Молоко	120
Мускатный орех	0,01
Выход	150

1062. Коктейль персиковый

Сок персиковый	30
Сироп сахарный № 909	30
Молоко	90
Выход	150

1063. Коктейль кофейно-яблочный

Плоды компота ассорти	50
Сироп кофейный № 910	20
Напиток яблочный № 1043	80
Выход	100/50

1064. Коктейль «Мозаика»

Плоды компота ассорти	50
Сироп вишневый	10
Сок вишневый	20
Напиток апельсиновый № 1041	70
Выход	100/50

КРЮШОНЫ

Компоненты (за исключением напитков безалкогольных газированных, воды минеральной) смешивают и охлаждают до 12–15°C. Затем добавляют охлажденную минеральную воду, напитки безалкогольные газированные и тщательно размешивают.

Отпускают крюшоны со свежими или консервированными плодами.

При использовании ананаса его нарезают кусочками (2 × 2 см).

1065. Крюшон ананасный

Ананас свежий или консервированный	15
Сок ананасный	30
Напиток лимонный или апельсиновый № 1041	70
Вода минеральная	50
Выход	150/15

1066. Крюшон клубничный

Клубника свежая или консервированная	15
Сироп клубничный	25
Напиток яблочный № 1043 или клюквенный № 1042	75
Напиток безалкогольный газированный	50
Выход	150/15

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Мучные изделия приготовляют из муки тонкого помола высшего или первого сорта с добавлением молока или воды, сахара, жира, яиц, сметаны и некоторых других пищевых продуктов. Большинство мучных изделий готовят с дрожжами.

В рецептурах, где сортность муки не указана, допускается использовать муку обоих сортов.

В настоящем разделе приведены рецептуры на следующие группы мучных изделий:

а) мучные блюда – пельмени, вареники, блины, блинчики и др.;

б) мучные кулинарные изделия – пирожки, пончики, расстегаи, ватрушки, кулебяки и др.;

в) мучные гарниры – клецки, лапша домашняя, профитроли, корзиночки и др.;

г) фарши для мучных изделий.

В рецептурах на мучные блюда (пельмени, вареники, блины, оладьи, блинчики) нормы расхода муки даются без учета ее влажности.

В рецептурах на все мучные кулинарные изделия (пирожки, ватрушки, кулебяки и т.д.) расход пшеничной муки указан с базисной влажностью 14,5%. При использовании пшеничной муки с влажностью ниже 14,5% расход ее снижается в размере 1% на каждый процент снижения влажности муки. При этом на такое же количество увеличивается расход влаги (воды, молока).

В случае использования муки с влажностью выше 14,5% расход ее соответственно увеличивается, количество влаги, предусмотренное рецептурой, уменьшается.

Так, при приготовлении 100 шт. пончиков расход пшеничной муки с базисной влажностью 14,5% должен составлять 2650 г. Поступившая на предприятие мука имеет влажность 12,5%. Согласно указанному выше для приготовления пончиков должно быть израсходовано муки на 2% меньше, чем это предусмотрено рецептурой для муки с базисной влажностью, т.е.

$$2650 - \frac{2650 \times 2}{100} = 2597 \text{ г.}$$

Количество воды при этом должно быть соответственно увеличено на 53 г и, наоборот, если мука поступила с влажностью 16,5%, то для приготовления указанного количества пончиков ее должно быть взято

$$2650 + \frac{2650 \times 2}{100} = 2703 \text{ г,}$$

при этом расход воды должен быть соответственно уменьшен на 53 г.

К сырью, используемому для приготовления мучных изделий, предъявляются следующие технологические требования:

1. В холодное время, если мука имеет низкую температуру, ее следует выдержать в теплом помещении, с тем чтобы температура муки повысилась не менее чем до 12°С.

2. Перед употреблением муку просеивают в специальных просеивателях или вручную, при этом, помимо того, что при просеивании удаляются комочки и посторонние предметы, мука обогащается кислородом воздуха, что облегчает замес теста, улучшает его качество и способствует лучшему его подъему. Потери при просеивании муки, составляющие 1%, учтены в рецептурах при определении выхода готовых изделий.

3. Прессованные дрожжи перед употреблением разводят в теплой воде с температурой 30–35°С, замороженные – подвергают постепенному размораживанию при температуре 4–6°С и процеживают. Сухих дрожжей (в виде порошка, крупки или таблеток) берут по массе в три раза меньше, чем свежих, при этом дрожжи разводят теплой водой и дают 1 ч постоять, а затем процеживают. Для приготовления опары рекомендуется смешать сухие дрожжи с мукой и развести в теплой воде (на 100 г дрожжей и 1 кг муки 3 л воды), а через 1 ч процедить.

4. Сахар, рафинадную пудру и соль просеивают через сито с размером ячеек 2–3 мм или их предварительно растворяют в воде и раствор процеживают.

5. Углекислый аммоний измельчают и просеивают через сито с размером ячеек 1,5–2 мм или растворяют в воде с температурой не выше 25°С. На одну часть углекислого аммония расходуют четыре части воды.

6. Двууглекислый натрий (соду) просеивают через сито с размером ячеек не более 1,5–2 мм или растворяют в воде и процеживают через сито с размером ячеек 0,5 мм.

7. Жиры, вводимые в растопленном виде, процеживают через сито с размером ячеек не более 1 мм, а используемые в твердом состоянии предварительно разрезают на куски и размягчают.

8. Молоко цельное процеживают через сито с размером ячеек не более 1,0 мм, сухое – предварительно растворяют в воде, используемой для замеса, как описано на с. 685.

9. Яйца перед использованием обрабатывают в соответствии с действующими санитарными правилами для предприятий общественного питания.

Мороженый яичный меланж перед использованием размораживают, как указано на с. 202. Для изделий, где при замесе теста применяется молоко или вода, перед процеживанием смешивают их с меланжем в соотношении 1:1.

10. Яйца или яичный меланж для смазывания изделия взбивают до однородного состояния с добавлением воды в соотношении 1:0,3.

МУЧНЫЕ БЛЮДА

1067. Тесто для пельменей

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная[1]	700	700
Яйца	$1^1/_2$ шт.	60
Вода	260	260
Соль	15	15
Выход	—	1000
Влажность, %		39

[1] Из указанного в рецептуре количества муки 1,0–1,5% используют для раскатки теста и посыпки инвентаря.

Муку засыпают в тестомесильную машину, добавляют нагретую до 30–35°С воду, яйца, соль и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Подготовленное тесто выдерживают 30–40 мин для набухания клейковины и придания тесту эластичности, после чего используют для приготовления пельменей.

ПЕЛЬМЕНИ (ПОЛУФАБРИКАТ)

Наименование сырья и полуфабрикатов	**1068. Пельмени «Московские»**		**1069. Пельмени из говядины и свинины**		**1070. Пельмени со свининой и свежей капустой**		**1071. Пельмени мясные**	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Тесто для пельменей № 1067	—	370	—	450	—	450	—	450
Говядина (котлетное мясо)	313	230	272	200	—	—	584	430
Свинина (котлетное мясо)	310	264	270	230	381	325	—	—
или баранина (котлетное мясо)	—	—	—	—	—	—	601	430
Капуста свежая[1]	—	—	—	—	220	176	—	—

[1] Если свежая белокочанная капуста горчит, ее следует перед смешиванием со свининой бланшировать.

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Лук репчатый	57	48	50	42	50	42	50	42
Соль	9	9	9	9	9	9	9	9
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,2	0,2	0,3	0,3	0,2	0,2
Сахар	1	1	0,5	0,5	—	—	0,5	0,5
Вода	100	100	90	90	50	50	90	90
Масса фарша	—	640	—	560	—	560	—	560
Меланж или яйца для смазки	20	20	20	20	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000	—	1000

Для фарша котлетное мясо и лук измельчают на мясорубке, добавляют соль, сахар, перец и холодную воду, затем все тщательно перемешивают.

Для пельменей со свининой и свежей капустой к измельченной свинине с луком добавляют мелко нарезанную белокочанную капусту, соль, перец, воду.

Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5–2 мм. Край раскатанного пласта шириной 5–6 см смазывают яйцами.

На середину смазанной полосы, вдоль нее, кладут рядами шарики фарша массой 7–8 г на расстоянии 3–4 см один от другого. Затем края смазанной полосы теста приподнимают, накрывают им фарш, после чего вырезают пельмени специальным приспособлением или формочкой с заостренными краями и с затупленным ободком (для зажима). Масса одной штуки должна быть 12–13 г. Оставшиеся обрезки теста без фарша используют при повторной раскатке. Сформованные пельмени укладывают в один ряд на обсыпанные мукой деревянные лотки и до варки хранят при температуре ниже 0°С.

1072. Пельмени отварные

	БРУТТО	НЕТТО
Пельмени (полуфабрикат) № 1068–1071	—	185
или пельмени (полуфабрикат) промышленного производства[1] мороженые	—	185
Масса вареных пельменей	—	200
Масло сливочное	10	10
или сметана	25	25
или уксус 3%-ный	25	25
или масло сливочное	10	10
и сыр	16,5	15[2]
Выход: с маслом	—	210
со сметаной	—	225
с уксусом	—	225
с маслом и сыром	—	225

[1]Пельмени мясные (ОСТ 49 120–78), рыбные (ТУ 15-177–75).
[2]Масса тертого сыра.

Подготовленные пельмени опускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг пельменей 4 л воды и 20 г соли), доводят до кипения и продолжают варить при слабом кипении 5–7 мин. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают широкой шумовкой с крупными отверстиями или дуршлагом и порционируют по 14–15 шт. на порцию.

Пельмени рекомендуется отваривать по мере спроса небольшими партиями в широкой посуде. Использование вставной решетки с крупными отверстиями дает возможность одновременно извлечь из воды все сваренные пельмени и сохранить их форму.

Пельмени при отпуске поливают маслом, сметаной или уксусом или поливают маслом и посыпают тертым сыром. Пельмени можно посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки (3–4 г нетто на порцию). Расход масла на поливку пельменей может быть увеличен до 15 г, а сметаны – до 40 г.

	БРУТТО	НЕТТО

1073. Пельмени жареные

Пельмени отварные № 1072	—	230
Маргарин столовый	18	18
Масса жареных пельменей	—	200
Масло сливочное	10	10
или соус №№ 848, 863, 864	50	50
Выход: с маслом	—	210
с соусом	—	250

Отварные пельмени жарят в жире до образования золотистого цвета. При отпуске пельмени поливают маслом, соус подают отдельно.

1074. Пельмени в омлете

Пельмени отварные № 1072	—	100
Яйца	2 шт.	80
Молоко	20	20
Соль	2	2
Маргарин столовый	15	15
Масса пельменей в омлете	—	200
Масло сливочное	10	10
Выход	—	210

Отварные пельмени завертывают в жаренный на порционной сковороде омлет. Блюдо доводят до полной готовности, помещая в жарочный шкаф на 3–5 мин.

Отпускают в той же посуде. При отпуске поливают маслом.

1075. Пельмени, запеченные в сметане

Пельмени отварные № 1072	—	200
Сметана	40	40
Сыр	11	10[1]
Масса запеченных пельменей	—	210
Масло сливочное	10	10
Выход	—	220

[1]Масса тертого сыра.

Пельмени кладут на сковороду, заливают сметаной, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу. При отпуске поливают маслом.

1076. Манты с бараниной (казахское национальное блюдо)

Мука пшеничная	75	75
в том числе мука на подпыл	5	5
Вода	30	30
Соль	1	1
Масса теста	—	100
Баранина (лопаточная или тазобедренная части)	200	143
Лук репчатый	77	65
Перец красный молотый	1	1
Соль	1,5	1,5
Вода	20	20
Масса фарша	—	228
Масса полуфабриката	—	328

	БРУТТО	НЕТТО
Масло растительное (на смазку каскана)	5	5
Уксус 3%-ный	15	15
Выход	—	315

Из муки, воды и соли замешивают крутое тесто (влажность 39%), накрывают влажной тканью и выдерживают в течение 40–60 мин.

Готовое тесто закатывают тонкими жгутами, делят их на кусочки массой 19–20 г и раскатывают на круглые лепешки с утонченными краями. На середину лепешек укладывают фарш и края защипывают посередине, придавая изделию круглую или овальную форму.

Для фарша баранину нарезают мелкими кубиками, смешивают с мелко рубленным репчатым луком, добавляют соль, перец, холодную воду и все перемешивают.

Манты укладывают на смазанную жиром решетку, вставляемую в специальный котел (каскан), и варят на пару в течение 30 мин.

Отпускают по 5 шт. на порцию (1 шт.– 60 г) с уксусом и красным перцем или без уксуса, соответственно уменьшив выход.

Примечание. При использовании нежирного мяса баранины необходимо добавить жир-сырец курдючный (10 г на порцию), при этом соответственно уменьшить норму мяса.

1077. Бораки с говядиной (армянское национальное блюдо)

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная высшего сорта	70	70	70	70
Яйца	1/4 шт.	10	1/4 шт.	10
Вода	30	30	30	30
Масса теста	—	108	—	108
Говядина (котлетное мясо)	76	56	76	56
Лук репчатый	25	21	25	21
Петрушка (зелень)	7	5	7	5
Перец черный молотый	0,05	0,05	0,05	0,05
Масса фарша	—	80	—	80
Маргарин столовый	5	5	5	5
Масса готового бораки	—	200	—	200
Соус:				
Лук репчатый	24	20	—	—
Томатное пюре	18	18	—	—
Масло сливочное	10	10	—	—
Чеснок	3	2,3	3	2,3
Бульон или вода	23	23	70	70
Мацун[1]	—	—	100	100
Выход	—	230	—	300

[1] Кисломолочный продукт, вырабатываемый в соответствии с РСТ Арм ССР 620–74.

Из муки, яиц, соли и воды замешивают крутое тесто (влажность 43%), которое затем раскатывают в пласт толщиной 0,3 см. После этого тесто нарезают на квадраты со стороной 6 см (массой 22–27 г). На середину каждого квадрата кладут 16–20 г мясного фарша и защипывают так, чтобы фарш был виден.

Для фарша котлетное мясо и лук репчатый пропускают через мясорубку, добавляют мелко нарезанную зелень, соль, перец и тщательно перемешивают.

Подготовленные бораки укладывают на дно сотейника, смазанное маслом, ставят в жарочный шкаф и обжаривают до образования светло-золотистой корочки, затем заливают соусом и тушат в течение 15–20 мин.

Для соуса лук пассеруют, добавляют томатное пюре и продолжают пассерование еще 10–15 мин, соединяют с бульоном или водой и варят. В конце варки кладут соль, тертый чеснок и заправляют маслом сливочным.

Отпускают бораки по 4–5 шт. на порцию с соусом, в котором они тушились.

При приготовлении указанного блюда без соуса бораки припускают в подсоленной воде или бульоне, после чего выкладывают в порционную посуду и заливают мацуном с тертым чесноком.

1078. Тесто для вареников

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
Мука пшеничная[1]	695	695	695	695
Яйца	$1^1/_3$ шт.	53[2]	$1^1/_3$ шт.	53[2]
Молоко	245	245	—	—
или вода	245	245	270	270
Сахар	25	25	—	—
Соль	12	12	12	12
Выход	—	1000	—	1000
Влажность, %	—	37	—	40

[1] Из указанного в рецептуре количества муки 1–1,5% используют для раскатки теста и посыпки инвентаря.

[2] В том числе 10 г для смазки теста при формовке вареников.

В муку добавляют нагретое до 30–35 °С молоко или воду. Затем вводят яйца, соль, сахар и замешивают тесто, до тех пор пока оно не приобретет однородную консистенцию. Перед формовкой тесто выдерживают 30–40 мин.

1079. Вареники с творожным, фруктовым или овощным фаршем

	БРУТТО	НЕТТО
Тесто для вареников[1]	82	82
Фарш №№ 1125, 1126, 1135, 1137, 1138	—	103[2]
или повидло[3]	104	103
Масса сырых вареников	—	185
Масса вареных вареников	—	200
Масло сливочное	10	10
или сметана	25	25
или масло сливочное	5	5
и сметана	20	20
Выход: с маслом	—	210
со сметаной	—	225
с маслом и сметаной	—	225

[1] Для вареников с творожным и фруктовым фаршами или с повидлом используют 1-й вариант теста; с овощными фаршами – 2-й вариант.

[2] Здесь и далее в рец. №№ 1083, 1091–1094, 1098, 1100–1103 размеры потерь при порционировании учтены в рецептурах фаршей и указаны на с. 489.

[3] В случае использования жидкого повидла часть его (до 3%) заменяют мукой.

Вареники формуют так же, как и пельмени (с. 470) но более крупных размеров (на 10–11 г теста 12–13 г фарша на 1 шт.). Вареники опускают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении 5–7 мин.

При отпуске вареники (7–8 шт. на порцию) поливают маслом, или сметаной, или маслом и сметаной. Вареники с фруктовым фаршем отпускают со сметаной.

1080. Вареники из полуфабриката промышленного производства

	БРУТТО	НЕТТО
Вареники (полуфабрикат) промышленного производства мороженые	—	185
Масса вареных вареников	—	200
Масло сливочное	10	10
или сметана	25	25
Выход: с маслом	—	210
со сметаной	—	225

Вареники варят так, как указано в рец. № 1079.

1081. Блины

	I БРУТТО	I НЕТТО	II БРУТТО	II НЕТТО	III БРУТТО	III НЕТТО
Мука пшеничная	66	66	72	72	75	75
Яйца	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4	—	—
Сахар	4	4	3	3	3	3
Маргарин столовый	5	5	3	3	—	—
Молоко	110	110	—	—	—	—
Вода	—	—	115	115	118	118
Дрожжи (прессованные)	4	4	3	3	3	3
Соль	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Масса теста	—	195	—	195	—	195
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
или кулинарный жир, или масло растительное	4	4	4	4	4	4
Масса готовых блинов	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10
или сметана	20	20	20	20	20	20
или джем, или повидло	20,2	20	20,2	20	20,2	20
или мед	15,2	15	15,2	15	15,2	15
или икра	25,5	25	25,5	25	25,5	25
или кета	38	25	38	25	38	25
или семга[1]	35	25	35	25	35	25
или сельдь[1]	52	25	52	25	52	25
Выход: с маслом	—	160	—	160	—	160
со сметаной, или повидлом, или джемом	—	170	—	170	—	170
с медом	—	165	—	165	—	165
с икрой, или кетой, или семгой, или сельдью	—	175	—	175	—	175

[1] Нормы закладки указаны на семгу мелкую, сельдь соленую, пряного посола, маринованную неразделанную среднего размера.

В небольшом количестве воды или молока растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 35–40 °С, добавляют муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы, затем вводят растопленный жир и снова перемешивают до образования однородной массы. Замешанное тесто оставляют в теплом месте (25–35 °С) на 3–4 ч. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают).

Блины выпекают с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных жиром; толщина блинов должна быть не менее 3 мм.

Отпускают по 3 шт. на порцию.

	БРУТТО	НЕТТО
1082. Блинчики-полуфабрикат (оболочка)		
Мука пшеничная	416	416
Молоко или вода	1040	1040
Яйца	$2^{1}/_{13}$ шт.	83
Сахар	25	25
Соль	8	8
Масса теста	—	1538
Шпик	21	20
или кулинарный жир, или жир животный топленый пищевой, или масло растительное	16	16
Выход	—	1000

Яйца, соль, сахар размешивают, добавляют холодное молоко (50% нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных жиром и разогретых сковородах диаметром 24–26 см.

Налитое тесто поворачиванием сковороды распределяют ровным слоем по всей поверхности и обжаривают с одной стороны, после чего блинчики снимают и охлаждают.

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант		3-й вариант	
1083. Блинчики с мясным, ливерным, творожным, яблочным фаршем, джемом, повидлом или вареньем						
Блинчики (полуфабрикат) № 1082	—	185	—	100	—	100
или полуфабрикат[1]	—	—	—	100	—	100
Фарш №№ 1115–1121, 1137	—	93	—	50	—	—
или фарш № 1136	—	—	—	—	—	89
или джем, повидло, варенье	—	—	50,5	50	—	—
Масса полуфабриката	—	278	—	150	—	189
Маргарин столовый	12	12	6	6	12	12
или кулинарный жир	10	10	5	5	10	10
Масса жареных блинчиков с фаршем	—	250	—	135	—	170
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5	10	10
или рафинадная пудра	10	10	5	5	10	10
или сметана	30	30	20	20	30	30
Выход: с маслом или рафинадной пудрой	—	260	—	140	—	180
со сметаной	—	280	—	155	—	200

[1] Блинчики-полуфабрикат, приготовленные на электрической вращающейся жаровне.

На поджаренную сторону блинчика кладут фарш, завертывают в виде прямоугольных плоских пирожков, обжаривают с обеих сторон на разогретых с жиром противнях или сковородах до образования румяной корочки и ставят в жарочный шкаф на 5–6 мин.

Отпускают блинчики по 2 шт. на порцию. При отпуске блинчики с мясным или ливерным фаршем поливают растопленным маслом. Блинчики с яблочным фаршем, джемом, повидлом, вареньем отпускают с рафинадной пудрой или со сметаной. Блинчики с творожным фаршем отпускают с маслом, рафинадной пудрой или сметаной.

1084. Тесто для оладий

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	481	481
Яйца	3/5 шт.	23
Молоко или вода	481	481
Дрожжи (прессованные)	14	14
Сахар	17	17
Соль	9	9
Выход	—	1000

Тесто для оладий готовят так же, как для блинов (рец. № 1081), но более густой консистенции.

1085. Оладьи

Тесто для оладий № 1084	—	176
Маргарин столовый	9	9
или кулинарный жир	7	7
Масса готовых оладий	—	150
Масло сливочное	10	10
или сметана	20	20
или джем, или повидло, или мед, или варенье	15,2	15
или сахар	15	15
Выход: с маслом	—	160
со сметаной	—	170
с джемом, повидлом, медом, вареньем	—	165
с сахаром	—	165

Оладьи выпекают на разогретых (чугунных) сковородах, толстостенных противнях или электросковородах так же, как блины. Толщина готовых оладий должна быть не менее 5–6 мм.

Оладьи можно жарить во фритюре. Расход жира на жаренье во фритюре 12 г на порцию массой 150 г.

Отпускают оладьи с маслом, сметаной, джемом, повидлом, медом, вареньем, сахаром по 3 шт. на порцию. Расход продуктов для отпуска оладий может быть увеличен: масла сливочного – до 20 г, сметаны – до 30 г; при этом выход соответственно увеличивается.

Наименование сырья и полуфабрикатов	**1086. Оладьи с изюмом**		**1087. Оладьи с яблоками**		**1088. Оладьи с творогом**	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
1	2	3	4	5	6	7
Тесто для оладий № 1084	156	156	161	161	151	151
Изюм	20,4	20	—	—	—	—
Яблоки свежие	—	—	21	15	—	—
Творог	—	—	—	—	25,3	25

1	2	3	4	5	6	7
Масса полуфабриката	—	176	—	176	—	176
Масло сливочное или маргарин столовый	9	9	9	9	9	9
или кулинарный жир	7	7	7	7	7	7
Масса готовых оладий	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10
или сметана	20	20	20	20	20	20
или сахар	—	—	15	15	15	15
Выход: с маслом	—	160	—	160	—	160
со сметаной	—	170	—	170	—	170
с сахаром	—	—	—	165	—	165

В тесто для оладий перед выпеканием добавляют тщательно перебранный и промытый изюм, или предварительно очищенные от кожицы и семенного гнезда и нарезанные мелкими кубиками или соломкой яблоки, или пропущенный через протирочную машину творог.

Оладьи выпекают, как показано в рец. № 1085. При отпуске оладьи (3 шт. на порцию) поливают маслом или сметаной или посыпают сахаром.

МУЧНЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

В рецептурах указан расход сырья и полуфабрикатов (теста и фарша) на 100 шт. пирожков, чебуреков, пончиков, расстегаев, ватрушек, а кулебяк – на 10 кг.

Рецептуры на различные виды теста даны с учетом потерь при брожении, замесе, хранении. Расход полуфабрикатов дан с учетом потерь при разделке. Количество муки, расходуемой для подпыла (подсыпки), указано в рецептурах (4–6% от общего количества муки).

Рецептуры теста, пирожков, ватрушек, кулебяк, приготовленных в соответствии с ОСТ 28.5–78. «Полуфабрикаты из муки (тесто)», отмечены звездочкой.

1089. Тесто дрожжевое* и тесто дрожжевое сдобное

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья на 1 кг в г				
	для пирожков жареных		для пирожков печеных		для ватрушек, пирогов, кулебяк и др.*
	простых*	сдобных	простых*	сдобных	
Мука пшеничная высшего или 1-го сортов[1]	605	576	633	640	641
Сахар	39	55	44	46	34
Маргарин столовый	20	70	19	69	29
Меланж	—	96	—	69	34
Соль	10	10	10	8	10
Дрожжи (прессованные)	19	28	19	23	19
Вода	332	190	300	170	258
Выход	1000	1000	1000	1000	1000
Влажность, %	42	37	40	33	38

[1] Тесто для ватрушек, кулебяк и других изделий рекомендуется готовить из муки высшего сорта.

Дрожжевое тесто приготовляют двумя способами – опарным и безопарным.

Безопарным способом тесто приготовляют преимущественно для изделий с малым содержанием сдобы (сахара, маргарина), опарным – для изделий с большим содержанием сдобы (тесто дрожжевое сдобное).

БЕЗОПАРНЫЙ СПОСОБ

В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35–40°C воду, предварительно разведенные в воде с температурой не выше 40°C и процеженные дрожжи, сахар, соль, добавляют меланж или яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7–8 мин. После этого вводят растопленный маргарин и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок дежи.

Дежу закрывают крышкой и ставят на 3–4 ч для брожения в помещение с температурой 35–40°C. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1–2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1–2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

ОПАРНЫЙ СПОСОБ

В дежу вливают подогретую до температуры 35–40°C воду (60–70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку (35–60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35–40°C на 2,5–3 ч для брожения. Когда опара увеличится в объеме в 2–2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, меланж или яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленный маргарин.

Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2–2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 2–3 раза.

1090. Тесто слоеное пресное для мучных изделий*

	Расход сырья на 1 кг в г
Мука пшеничная высшего сорта	531
в том числе: на подпыл при раскатке	27
на подготовку жиров	22
Маргарин	217
Меланж	34
Соль	10
Кислота лимонная	1
Вода	227
Выход	1000
Влажность, %	35

В дежу тестомесильной машины вливают холодную воду, раствор кислоты лимонной, добавляют меланж, соль, муку и замешивают тесто в течение 15–20 мин до получения однородной массы.

Замешанное тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой, и оставляют на 20–30 мин для набухания белков.

Подготовка маргарина. Параллельно с замесом теста производится подготовка маргарина. Для этого маргарин нарезают на небольшие куски, кладут в тестомесильную машину, всыпают муку (10% от массы маргарина) и перемешивают. Затем массу выкладывают на стол, придают форму прямоугольных плоских кусков (150 × 300 мм) толщиной 20 мм и охлаждают в холодильной камере до температуры 12–14°C.

Слоение теста. Тесто раскатывают в прямоугольные пласты (300 × 600 мм) толщиной в средней его части 20–25 мм, а по краям несколько тоньше – 17–20 мм. На середину этих пла-

стов кладут подготовленные лепешки маргарина массой 2,2 кг, концы теста соединяют сбоку и защипывают их. Подготовленное тесто с маргарином раскатывают на тестораскаточных машинах, имеющих одну пару вальцов, расстояние между которыми можно менять в пределах 1–50 мм. Вначале между вальцами устанавливают большой зазор, около 20 мм. Пласты теста прокатывают через вальцы, затем расстояние между вальцами уменьшают. Тесто складывают в четыре слоя, вновь прокатывают, снова складывают в четыре слоя и помещают в холодильную камеру на 30–40 мин. После охлаждения тесто раскатывают, складывают в четыре слоя и снова охлаждают. Операцию по раскатке, складыванию теста в четыре слоя и охлаждению повторяют еще один раз. Затем тесто прокатывают дважды при расстоянии между вальцами 10 и 6 мм. Готовое тесто имеет 256 слоев.

Порядок раскатки пласта теста и установки вальцов тестораскаточной машины приводится в табл. 9.

Таблица 9

Порядок раскатки	Расстояние между вальцами, мм
Раскатка после завертывания маргарина в тесто	
первая	20
вторая	10
Раскатка после складывания теста в четыре слоя	
первая	20
вторая	10
Раскатка после первого охлаждения	
первая	20
вторая	10
Раскатка после второго охлаждения	
первая	20
вторая	10
Раскатка после третьего охлаждения	
первая	10
вторая	6

Раскатка теста вручную. Подготовленное тесто формуют в виде шара, делают на нем крестообразный надрез и оставляют на 20–30 мин для набухания белков. Затем тесто раскатывают на подпыленном мукой столе до толщины 20–25 мм в средней его части, а к краям несколько тоньше (до 17–20 мм), получая при этом пласт крестообразной формы с четырьмя овальными концами. С пласта теста сметают муку и на середину его кладут подготовленный маргарин (с. 478), который накрывают четырьмя свободными концами теста. Края пласта соединяют между собой и защипывают. Таким образом получается конверт из теста, внутри которого находится слой маргарина. Затем это тесто с маргарином подпыляют мукой и начиная от середины раскатывают скалкой в прямоугольный пласт толщиной 10 мм. С пласта тщательно сметают муку, складывают его вдвое, чтобы противоположные края сходились в середине, а затем складывают еще раз вдвое и помещают для охлаждения в холодильную камеру с температурой 2–4°С на 30–40 мин. Раскатку теста, свертывание в четыре слоя и охлаждение повторяют еще три раза.

1091. Пирожки печеные из дрожжевого теста

	Расход сырья и полуфабрикатов, г			
	Пирожки простые массой 75 г*	Сдобные пирожки		
		массой 100 г	массой 60 г	массой 35 г
Тесто дрожжевое № 1089	5800	6400	4300	2200
Мука на подпыл	174	192	129	66
Фарш №№ 1115–1135, 1137	2500	4500	2500	1800
или повидло, джем	2525/2500[1]	4545/4500[1]	2525/2500[1]	—
Жир для смазки листов	25	35	20	15
Меланж для смазки пирожков	150	200	120	70
Выход (шт.)	100	100	100	100

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто с учетом потерь при порционировании.

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1–1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на куски требуемой массы (58, 64, 43 и 22 г соответственно). Затем куски формуют в шарики, дают им расстояться 5–6 мин и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5–1 см. На середину каждой лепешки кладут фарш (капустный, рисовый, рыбный, мясной с луком и др.), повидло или джем (по 25, 45, 25 и 18 г на пирожок) и защипывают края, придавая пирожку форму «лодочки», «полумесяца», цилиндрическую и др.

Сформованные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5–10 мин перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200–240°С 8–10 мин.

Примечание. В случае использования жидкого повидла часть его (8–10%) заменяют мукой.

1092. Пирожки жареные из дрожжевого теста

	Расход сырья и полуфабрикатов, г		
	Пирожки простые с фаршем массой 75 г*	Пирожки простые с повидлом или джемом массой 75 г*	Пирожки сдобные массой 60 г
Тесто дрожжевое № 1089	5100	5600	3600
Фарш № 1115–1134, 1137	2500	—	2500
или повидло[1], джем	—	2020/2000[2]	2525/2500[2]
Масло растительное для смазывания инвентаря и оборудования	25	25	20
Жир для жаренья	600	600	450
Выход (шт.)	100	100	100

[1] Для пирожков сдобных в случае использования жидкого повидла часть его (до 300 г) заменяют мукой.

[2] В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто с учетом потерь при порционировании.

Тесто дрожжевое для пирожков жареных приготовляется безопарным способом слабой консистенции. Инвентарь и оборудование смазывают растительным маслом. Использовать муку на подсыпку при разделке теста и формовке изделий запрещается. Мука, обугливаясь во время жаренья, снижает качество жира, в результате чего ухудшается внешний вид изделий и повышается расход жира.

Тесто массой 0,5–1 кг закатывают на смазанном растительным маслом столе в жгут и порционируют на кусочки требуемой массы (50, 55 и 35 г соответственно). Кусочки теста формуют в шарики, раскладывают их на смазанные растительным маслом столы на расстоянии 4–5 см один от другого. После 5–6 мин расстойки шарики теста переворачивают на другую сторону и придают им форму лепешек толщиной 4–5 мм. На середину лепешки кладут фарш, повидло или джем, перегибают лепешку пополам, соединяют края, придают изделию форму полумесяца и укладывают на смазанные маслом кондитерские листы.

После 20–30 мин расстойки пирожки обжаривают в специальных жарочных аппаратах либо в электрических или газовых жарочных аппаратах с регулированием степени нагрева; запрещается жарить пирожки в наплитной посуде.

Для жаренья пирожков применяют: масло растительное рафинированное – подсолнечное, хлопковое, соевое, арахисовое, смесь 50% растительного рафинированного масла и 50% говяжьего топленого жира; смесь 50% растительного рафинированного масла и 50% кулинарного жира.

Температуру жира в жарочном аппарате доводят до 180–190°С. В нагретый жир погружают пирожки в количестве, не превышающем по массе 1/4 массы фритюра.

В процессе жаренья изделия переворачивают и продолжают жарить до образования равномерной золотистой корочки по всей поверхности. Готовые пирожки выгружают на сетчатую поверхность и дают стечь жиру.

Пирожки, вырабатываемые на автоматах, приготавливают в соответствии с технологической инструкцией к ТУ 28.1–77.

Для предупреждения порчи жира при жаренье пирожков необходимо соблюдать следующие правила:

не вносить в жир вместе с пирожками крошек теста, муки, фарша; не допускать перегрева жира; прекращать нагрев жира сразу же после окончания жаренья пирожков;

при обжаривании пирожков особое внимание должно быть обращено на качество фритюрного жира. Жир, имеющий прогорклость, значительное потемнение, независимо от времени его использования не может быть применен в качестве фритюра.

Примечание. Процесс жаренья пирожков и контроль за качеством фритюра должен осуществляться в соответствии с инструкцией, разработанной НИИОПом и утвержденной приказом Министерства торговли СССР от 07.12.76 № 223.

1093. Пирожки печеные из пресного слоеного теста	Расход сырья и полуфабрикатов, г на пирожки	
	массой 75 г*	массой 60 г*
Тесто слоеное № 1090	5800	4400
Мука на подпыл	116	88
Фарш № 1115–1134, 1137	3000	2600
Меланж для смазки пирожков	150	120
Выход (шт.)	100	100

Слоеное тесто раскатывают в пласт толщиной 6–7 мм и формуют пирожки в виде круга, полукруга или треугольника. На приготовление 1 пирожка массой 75 и 60 г расходуется 58 и 44 г теста и 30 и 26 г фарша соответственно.

Для пирожков круглой формы из раскатанного теста вырезают гладкой или гофрированной выемкой кружки – по два на каждый пирожок. Половину вырезанных кружков кладут на лист и поверхность их смазывают меланжем. На середину кружков укладывают фарш, накрывают остальными кружками и прижимают тесто вокруг фарша выемкой меньшего размера.

Для пирожков в форме полукруга из раскатанного теста вырезают гладкой или гофрированной выемкой лепешки овальной формы, которые смазывают меланжем. На середину их кладут фарш, противоположные края лепешек соединяют и зажимают.

Для пирожков в форме треугольника из раскатанного теста вырезают кусочки квадратной формы. Поверхность кусочков смазывают меланжем и на середину их кладут фарш. Кусок теста складывают вдвое наискось, закрывая фарш так, чтобы противоположные углы совпали. Края теста прижимают.

Сформованные пирожки укладывают рядами на лист на расстоянии 2–3 см один от другого, смазывают меланжем и сразу же выпекают при температуре 240–250°С в течение 20–25 мин.

1094. Пирожки печеные из пресного сдобного теста	Расход сырья и полуфабрикатов, г
Мука высшего или 1-го сортов	3600
в том числе мука на подпыл	144
Сахар	100
Маргарин столовый	400
Меланж	500
Соль	40
Натрий двууглекислый	50
Кислота лимонная	50
Вода	1300
Масса теста	5800
Фарш №№ 1115–1135, 1137	2500
Жир для смазки листов	25
Меланж для смазки пирожков	150
Выход	100 шт. по 75 г

Маргарин разминают во взбивальной машине до получения однородной пластичной массы. Лимонную кислоту, соль и сахар растворяют в воде, соединяют с меланжем, хорошо перемешивают и небольшими порциями, при помешивании, вводят в маргарин, затем добавляют муку, смешанную с натрием двууглекислым, и быстро (20–30 с) замешивают тесто (влажность 38%). Из теста раскатывают пласт толщиной 3–5 мм и круглой выемкой вырезают лепешки массой 58 г. На середину лепешки кладут фарш (25 г), соединяют края лепешки и защипывают «веревочкой». Пирожки укладывают на смазанные жиром листы сверху смазывают меланжем и выпекают при температуре 220–240°С в течение 10–12 мин.

1095. Пончики	Расход сырья и полуфабрикатов, г
Мука пшеничная 1-го сорта	2650
Сахар	300
Маргарин столовый	150
Меланж	100
Соль	25
Дрожжи (прессованные)	80
Вода	1550
Масса теста	4500
Рафинадная пудра	300
Масло растительное для смазки инвентаря и оборудования	25
Масло растительное для жаренья	500
Выход	100 шт. по 45 г + 3 г пудры

Тесто для пончиков готовят безопарным способом слабой консистенции (влажность 43%). Инвентарь и оборудование при разделке теста смазывают растительным маслом. Тесто разделывают так же, как для пирожков жареных, придавая пончикам форму колец или шариков. После 20–30 мин расстойки пончики обжаривают в жире (с. 480–481). Готовые пончики посыпают рафинадной пудрой.

1096. Чебуреки	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	4500	4500
Молоко	1750	1750
Соль	50	50
Масса теста	—	6000
Баранина	5035	3600
Лук репчатый	893	750
Вода	750	750
Соль	75	75
Перец черный молотый	10	10
Масса фарша	—	5000
Масса полуфабриката	—	11000
Масло растительное или жир фритюрный	850	850
Масло растительное для смазки инвентаря	25	25
Выход	—	100 шт. по 110 г

Замешивают тесто, как для лапши домашней (с. 486), раскатывают его в виде лепешек массой 60 г на смазанном растительным маслом столе, кладут на них по 50 г фарша, края соединяют, придавая изделиям форму полумесяца.

Для фарша баранину и лук пропускают через мясорубку, заправляют солью, перцем и разводят водой.

Жарят чебуреки во фритюре (с. 480–481).

Отпускают чебуреки по 2 шт. на порцию.

1097. Беляши (казахское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	80	80
Вода или молоко	40	40
Дрожжи (прессованные)	2	2
Сахар	2	2
Соль	1	1
Масса теста	—	120
Говядина (котлетное мясо)	149	110
или баранина (котлетное мясо)	154	110
Лук репчатый	24	20
Перец черный молотый	0,5	0,5
Соль	2	2
Вода	15	15
Масса фарша	—	144
Масса полуфабриката	—	264
Масло растительное для жаренья и смазки стола и листов	17	17
Выход	—	240 (3 шт. по 80 г)

Готовое дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, разделывают на лепешки массой 40 г, на середину лепешки кладут 48 г фарша, придают изделиям круглую форму, при этом края защипывают так, чтобы фарш был виден.

Для фарша мясо пропускают через мясорубку с крупной решеткой, добавляют мелко рубленный репчатый лук, соль, перец, воду, перемешивают до однородной консистенции.

Беляши укладывают на сковороду с раскаленным до температуры 180–190 °С жиром отверстием вниз, жарят с обеих сторон до готовности. Подают по 3 шт. на порцию. Можно отпускать беляши поштучно.

1098. Ватрушки

	Расход сырья и полуфабрикатов, г	
	из дрожжевого теста*	из пресного слоеного теста*
Тесто дрожжевое № 1089	5800	—
Тесто слоеное № 1090	—	5800
Мука на подпыл	174	157
Фарш № 1135	3000	3000
или повидло	3030/3000[1]	3030/3000[1]
Меланж для смазки ватрушек	150	150
Жир для смазки листов	25	—
Выход	100 шт. по 75 г или 200 шт. по 36 г	100 шт. по 75 г или 200 шт. по 36 г

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе – масса нетто с учетом потерь при порционировании.

Дрожжевое тесто для ватрушек готовят опарным способом. Из теста формуют шарики массой 58 или 29 г, укладывают их швом вниз на лист, смазанный жиром, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой по 30 или 15 г соответственно.

После полной расстойки ватрушки смазывают меланжем и выпекают при температуре 230–240 °С 6–8 мин.

При приготовлении ватрушек с повидлом меланжем смазывают только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.

Слоеное пресное тесто раскатывают в пласт толщиной 5 мм и вырезают из него выемкой кружки массой 58 или 29 г для каждой ватрушки. Края кружков защипывают с таким расчетом, чтобы образовалась лепешка с бортиком. Лепешки укладывают на листы, прокалывают их в нескольких местах и заполняют начинкой по 30 или 15 г соответственно. Ватрушки смазывают меланжем и сразу же выпекают при температуре 230–250 °С в течение 15–20 мин.

1099. Ватрушки венгерские

	Расход сырья и полуфабрикатов, г
Мука пшеничная высшего сорта	3200
в том числе мука на подпыл	128
Масло сливочное	2000
Молоко	1428
Меланж	200
Дрожжи (прессованные)	143
Соль	50
Масса теста	6900
Творог	1714
Мука пшеничная высшего сорта	228
Сахар	657
Меланж	151
Лимон	80
Масса фарша	2800
Рафинадная пудра	200
Выход	100 шт. по 85 г

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, прослаивают маслом. Для этого тесто охлаждают до температуры 15–17 °С и раскатывают на подпыленном мукой столе в продолговатый прямоугольный пласт толщиной 20–25 мм. На две трети поверхности пласта теста ровным слоем намазывают размягченное масло. Затем свободным концом пласта покрывают половину намазанной маслом поверхности, на которую, в свою очередь, кладут покрытый маслом второй конец пласта.

В результате получаются 3 слоя теста, между которыми равномерно распределено масло. Края теста тщательно защипывают. Затем пласт теста раскатывают, складывают вдвое так, чтобы противоположные концы его соединились в середине, раскатывают и повторяют этот процесс еще 1–2 раза. После этого тесто расстаивают в течение 20–30 мин, раскатывают в пласт толщиной 3–4 мм и разрезают на квадраты массой 69 г. На каждый квадрат из кондитерского мешка выпускают творожный фарш (28 г), заворачивают изделие конвертом, края защипывают, выдерживают в течение 10 мин и затем выпекают при температуре 230–240 °С 15–20 мин.

Для фарша творог перемешивают с меланжем, мукой и сахаром, режут целиком лимон, удаляют семена и всю смесь пропускают через протирочную машину.

Охлажденные изделия посыпают рафинадной пудрой.

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов, г		
	1100. Расстегаи с мясом или рыбой массой 143 г[1]	**1101. Расстегаи закусочные массой 50 г**	**1102. Расстегаи московские массой 210 г**
Мука пшеничная высшего или 1-го сортов	7800	2950	10000
в том числе мука на подпыл	312	118	400
Сахар	300	110	500
Маргарин столовый	400	150	500
Меланж	700	350	—
Соль	80	30	110
Дрожжи (прессованные)	140	90	150
Вода для замеса теста	2800	1000	4300
Масса теста (оболочки)	12000	4500	15000
Фарш №№ 1115, 1122	4000	1500	7500
или фарш № 1116, 1119–1121, 1124, 1133, 1134	4000	—	7500
Жир для смазки листов	25	15	40
Выход (шт.)	100	100	100

[1] При отпуске расстегаев с мясом на фарш можно положить 7 г сваренного вкрутую и нарубленного или нарезанного кружочком яйца, а при отпуске расстегаев с рыбой – 7 г малосольной лососины или семги. Масса одного расстегая с яйцом или семгой – 150 г.

Тесто для расстегаев влажностью 38% готовят опарным способом (с. 478). Из готового теста формуют шарики массой 120, 45 или 150 г, расстаивают в течение 5–10 мин и раскатывают на круглые лепешки, на середину которых кладут фарш по 40, 15 и 75 г соответственно. Затем края теста защипывают веревочкой так, чтобы середина пирожка осталась открытой. Сформованные расстегаи укладывают на смазанный жиром лист, дают расстояться, затем смазывают их меланжем и выпекают при температуре 230–240 °С 8–10 мин.

1103. Кулебяки

	Расход сырья и полуфабрикатов, г	
	из дрожжевого теста*	из пресного слоеного теста*
Тесто дрожжевое № 1089	6000	—
Тесто слоеное № 1090	—	6300
Мука на подпыл	180	126
Фарш № 1115–1134	5300	5300
Меланж для смазки кулебяк	100	100
Жир для смазки листов	25	—
Выход	10000	10000

Дрожжевое тесто для кулебяк готовят опарным способом. 600 г теста раскатывают в пласт толщиной 1 см и шириной 18–20 см, на середину пласта по всей его длине кладут фарш (530 г). Края теста соединяют над фаршем и защипывают.

Сформованную кулебяку укладывают швом вниз на смазанный жиром лист, украшают вырезанными кусочками из того же теста, приклеивая их меланжем, и оставляют для расстойки. Можно также раскатанное тесто положить на полотенце, на нем сформовать кулебяку и выложить ее на смазанный жиром лист. Перед выпечкой ее смазывают меланжем и сверху прокалывают в 2–3 местах. Выпекают изделия при температуре 220–240 °С 45–60 мин.

Слоеное тесто для кулебяк готовят так же, как описано на с. 478–479, и формуют так же, как кулебяку из дрожжевого теста. На кулебяку массой 1 кг идет 630 г теста и 530 г фарша.

Сформованные кулебяки из слоеного теста смазывают меланжем, прокалывают сверху в 2–3 местах и выпекают при температуре 210–230 °С в течение 35–45 мин.

Кулебяки перед отпуском разрезают на порции по 100 или 150 г. Подают в горячем и холодном виде.

Кулебяки можно выпекать массой по 500 г и более.

1104. Колбасные, мясные изделия, запеченные в тесте

	Расход сырья и полуфабрикатов, г
Сосиски	5128/5000[1]
или сардельки	5128/5000[1]
или колбаса вареная	5728/5000[1]
или котлеты из говядины или свинины № 658	5000
или свинина, или телятина, или баранина жареные № 579	5000
Тесто (для простых пирожков печеных) № 1089	5800
Мука на подпыл	174
Жир для смазки листов	100
Яйца или меланж для смазки изделий	300
Выход	100 шт. по 100 г

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе масса готового продукта.

Предварительно сваренные сосиски, сардельки, обжаренную колбасу или жареные котлеты и порции мяса охлаждают и запекают в тесте в виде рулетов или пирожков овальной формы. Шов у пирожков делают сверху, и часть его можно оставить незащипанной, с тем чтобы был виден запеченный продукт.

Изделия смазывают яйцом или меланжем и выпекают в течение 20–30 мин при температуре 230–240 °С.

МУЧНЫЕ ГАРНИРЫ

1105. Клецки

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	308	308
Масло сливочное или маргарин столовый	35	35
Яйца	2 1/5 шт.	88
Бульон, вода или молоко	483	483
Соль	9	9
Масса теста	—	900
Выход	—	1000

В воду, или бульон, или молоко кладут жир, соль и доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку и заваривают тесто, которое, не переставая помешивать, прогревают в течение 5–10 мин. После этого массу охлаждают до 60–70 °С, добавляют в 3–4 приема сырые яйца и перемешивают.

Приготовленное тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки массой 10–15 г. Для варки клецек на 1 кг берут 5 л жидкости. Варят их при слабом кипении 5–7 мин.

В качестве самостоятельного блюда клецки отпускают по 150–200 г на порцию. При отпуске поливают сливочным маслом (7–10 г) или сметаной (20–25 г).

1106. Лапша домашняя

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	875	875
Мука на подпыл	60	60
Яйца	6 1/4 шт.	250
Вода	175	175
Соль	25	25
Выход подсушенной лапши	—	1000

В холодную воду вводят сырые яйца, соль, перемешивают, добавляют муку не ниже 1-го сорта и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 20–30 мин для того, чтобы оно лучше раскатывалось. Куски готового теста кладут на стол, посыпанный мукой, и раскатывают в пласт толщиной 1–1,5 мм. Пересыпанные мукой пласты складывают один на другой, нарезают их на полоски шириной 35–45 мм, которые, в свою очередь, режут поперек полосками шириной 3–4 мм или соломкой.

Лапшу раскладывают на посыпанные мукой столы слоем не более 10 мм и подсушивают 2–3 ч при температуре 40–50 °С.

1107. Гренки из пшеничного хлеба

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
Хлеб пшеничный	1875	1575	1435	1205
Масло сливочное	—	—	205	205
Выход	—	1000	—	1000

Пшеничный хлеб очищают от корок[1], нарезают кубиками (10 × 10 мм) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу (1-й вариант) или нарезают ломтиками и обжаривают в масле (2-й вариант).

[1] Корки хлеба используют для приготовления панировочных сухарей.

1108. Гренки с сыром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Хлеб пшеничный	1385	1165	1488	1250	—	—
Сыр	386	350[1]	288	261[1]	—	—
Масло сливочное	115	115	100	100	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1] Масса тертого сыра.

Батоны пшеничного хлеба очищают от корок, нарезают тонкими ломтиками, кладут на кондитерский лист, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маслом и поджаривают в жарочном шкафу.

1109. Гренки острые

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Хлеб пшеничный	1010	850	1112	935
Сыр	435	394[1]	385	349[1]
Яйца[2] (желтки)	10 шт.	160	$8^3/_4$ шт.	140
Масло сливочное	100	100	85	85
Томатная паста	80	80	70	70
Перец красный молотый	1	1	—	—
Выход	—	1000	—	1000

[1] Масса тертого сыра.

[2] Белки яиц используют для приготовления белковых полуфабрикатов.

Пшеничный хлеб нарезают ломтиками прямоугольной формы (4 × 6 см) толщиной 0,5 см и слегка обжаривают на масле (12% от общей массы масла) с обеих сторон. Тертый сыр смешивают с томатной пастой, яичными желтками, маслом и молотым красным перцем. Полученной массой густо намазывают ломтики хлеба, укладывают их на кондитерский лист и запекают в жарочном шкафу.

1110. Гренки для горошка, овощных пюре и других блюд

	БРУТТО	НЕТТО
Хлеб пшеничный	36	30
Молоко	25	25
Яйца	1/5 шт.	8
Сахар	3	3
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5
Выход	—	50

Хлеб, нарезанный в форме треугольника или ромба, замачивают в яично-молочной смеси с сахаром и жарят на масле до образования поджаристой корочки.

1111. Вертута с брынзой (молдавское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная высшего сорта	2940	2940
Вода	920	920
Масло сливочное	800	800
Масло растительное	410	410
Уксус 3%-ный	100	100
Брынза	5000	4800
Яйца	22 шт.[1]	880
Выход	—	10000

[1] В гом числе 4 шт. на смазку изделия перед выпечкой.

Из муки, воды, уксуса и соли замешивают тесто и дают расстояться 40–50 мин. Затем тесто делят на куски массой 0,5 кг, придают им круглую форму, расстаивают еще 30–40 мин, раскатывают, переносят на чистое полотно и руками растягивают до толщины папиросной бумаги. Поверхность теста смазывают смесью растопленного сливочного и растительного масла и посыпают фаршем из брынзы, предварительно натертой на мелкой терке и смешанной со взбитыми яйцами.

Тесто заворачивают в виде рулета, который затем скручивают, получая изделие в форме спирали. Вертуту кладут на лист, смазанный растительным маслом (15–20% от общего количества), поверхность изделия смазывают яйцом, между витками спирали – растительным маслом и выпекают при температуре 220–240 °С 15–20 мин.

Горячую вертуту смазывают сливочным маслом (15–20% общего количества) и накрывают чистым полотном, чтобы смягчилась корочка.

Вертуту отпускают в виде гарнира к корейке по-молдавски. Как самостоятельное блюдо вертуту можно выпекать с фаршем творожным (рец. № 1136) или яблочным (рец. № 1137, вариант 1-й) и отпускать порциями по 100–150 г.

.1112. Профитроли

Мука пшеничная	650	650
Масло сливочное	300	300
Яйца	20 шт.	800
Вода	650	650
Сахар	10	10
Соль	15	15
Масса теста	—	2275
Маргарин для смазки листов	15	15
Выход	—	1000

В воду добавляют масло, соль, сахар, доводят до кипения, всыпают муку и проваривают при помешивании 5–6 мин. Затем тесто охлаждают до 60–70°С и постепенно вводят сырые яйца, тщательно вымешивая до получения однородной массы. Заварное тесто отсаживают из кондитерского мешка на смазанный жиром лист в виде мелких шариков диаметром 1 см и выпекают при температуре 180–200°С в течение 30–35 мин.

Профитроли кладут в бульон при отпуске или подают отдельно.

1113. Волованы

Мука пшеничная высшего сорта	2265	2265
в том числе мука на подпыл	91	91
Маргарин столовый	1505	1505
Меланж	200	200
Уксусная эссенция 80%-ная	3,5	3,5

	БРУТТО	НЕТТО
Соль	25	25
Вода	800	800
Масса теста	—	4700
Меланж для смазки волованов	100	100
Выход	—	100 шт. по 40 г или 200 шт. по 20 г

Из пресного слоеного теста раскатывают пласт толщиной 5 мм и гофрированной выемкой круглой или овальной формы вырезают лепешки по две на каждый волован.

Половину лепешек укладывают на смоченный холодной водой лист и смазывают их меланжем. На них накладывают вторые лепешки с вырезанной серединой. Изделия смазывают меланжем и выпекают при температуре 250–260°C в течение 25–30 мин.

Для крутонов из раскатанного теста вырезают овальной гофрированной выемкой лепешки, которые укладывают на лист, смазывают меланжем и выпекают.

Волованы и крутоны используют для приготовления горячих и холодных закусок и вторых блюд.

1114. Корзиночки (тарталетки) для закусок

Мука пшеничная	1657	1657
Маргарин столовый	386	386
Молоко	386	386
Сметана	200	200
Меланж	228	228
Сахар	57	57
Соль	17	17
Масса теста	—	2841
Выход	—	100 шт. по 25 г

В молоке растворяют меланж, сахар, соль, добавляют муку (50%), размягченный маргарин и сметану. Все перемешивают до однородной консистенции и добавляют остальную муку. Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 2–3 мм и вырезают кружочки по размеру формочек. Вырезанные кружочки вкладывают в формочки, прижимают тесто к внутренней поверхности форм, прокалывают в нескольких местах, заполняют их горохом или крупой для сохранения формы и выпекают. Когда корзиночки сверху и снизу подрумянятся, их вынимают из формочек, освобождают от крупы, охлаждают, заполняют различными салатами, мясными, рыбными продуктами и подают как холодную закуску.

Из данного теста могут быть выпечены корзиночки массой по 40 г или лепешки по 20–30 г для тарталеток, канапе.

ФАРШИ

В разделе приводятся рецептуры фаршей из картофеля, овощей, сушеных грибов, риса, субпродуктов, рыбы, мяса, творога, яблок. Эти фарши предназначены для приготовления мучных изделий – пирожков, ватрушек, кулебяк и др.

Нормы расхода продуктов в рецептурах даны на 1 кг выхода готового фарша с учетом потерь при порционировании: 1% – для мясных, овощных, творожных, грибного 1,5% – для ливерных, рисовых, яблочных и 2% – для рыбных фаршей.

Муку, указанную в рецептурах, используют для приготовления белого соуса, которым заправляют фарш. Соус приготовляют на бульоне, полученном при варке или тушении мяса, рыбы, грибов и других продуктов, из которых приготовляют фарш. Для 1 кг фарша используют 100–150 г соуса. При этом выход фаршей не изменяется.

При изготовлении фаршей допускается заменять: репчатый лук – зеленым или сушеным луком; яйца – сухим яичным порошком или меланжем; свежую зелень петрушки, укропа, сельдерея – сушеной или соленой зеленью.

Коэффициенты замены репчатого лука, яиц, зелени приведены в табл. 36 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

Сухой яичный порошок перед внесением в фарш смешивают с четырехкратным количеством воды и запекают до готовности в жарочном шкафу. Полученный омлет мелко режут.

Фарши следует приготовлять в небольших количествах по мере их реализации. Готовые фарши следует немедленно охладить, не допуская замерзания. Хранить фарши без охлажде-

ния не разрешается. Оставлять фарши на следующий день не допускается.

Наименование сырья и полуфабрикатов	1115. Фарш мясной с луком		1116. Фарш мясной с яйцом		1117. Фарш мясной с рисом[1]		1118. Фарш мясной с рисом и яйцом	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Говядина (котлетное мясо)	1709	1258	1477	1087	1359	1000	1207	888
или свинина (котлетное мясо)	1303	1110	—	—	1035	882	920	784
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	1676	1198	—	—	1331	952	1183	846
Маргарин столовый	40	40	60	60	60	60	40	40
Лук репчатый	119	100	100	84	100	84	100	84
Масса пассерованного лука	—	50	—	42	—	42	—	42
Крупа рисовая	—	—	—	—	100	100	75	75
Масса вареного риса	—	—	—	—	—	280	—	210
Мука пшеничная	10	10	10	10	8	8	9	9
Яйца	—	—	$3^1/_4$шт.	129	—	—	$2^3/_{20}$шт.	86
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Соль	10	10	10	10	10	10	10	10
Петрушка (зелень)[2]	9	7	—	—	9	7	9	7
Выход:	—	1000	—	1000	—	1000	—	1000

[1] При изготовлении фаршей для блинчиков крупу рисовую допускается заменять крупой пшеничной, или гречневой, или перловой с учетом их развариваемости.

[2] Здесь и далее фарш можно приготовлять без добавления зелени.

Первый способ приготовления мясного фарша с луком. Котлетное мясо промывают, разрезают на куски и обжаривают на жире, после чего мясо перекладывают в глубокую посуду, добавляют бульон или воду (15–20% к массе мяса нетто) и тушат при слабом нагреве до готовности. Тушеное мясо и предварительно спассерованный лук измельчают в мясорубке. Пассерованную с жиром муку разводят бульоном, оставшимся после тушения мяса, и проваривают. Полученным белым соусом заправляют фарш, добавляют соль, перец, мелко нарезанную зелень и перемешивают.

Второй способ приготовления фарша. Сырое мясо пропускают через мясорубку с двумя решетками. Фарш кладут на смазанный жиром глубокий противень слоем не более 3 см и, периодически помешивая, обжаривают до готовности в жарочном шкафу. Затем выделившийся из мяса сок сливают и приготовляют на нем белый соус. Обжаренное мясо смешивают с пассерованным луком и еще раз пропускают через мясорубку с мелкой решеткой. Фарш заправляют белым соусом, солью, перцем, мелко нарезанной зеленью и перемешивают.

При приготовлении мясных фаршей с яйцом, рисом или рисом и яйцом в готовый мясной фарш добавляют соответственно рубленые яйца, или рассыпчатую рисовую кашу, или смесь яиц с рисовой кашей.

1119. Фарш ливерный (1-й вариант)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Легкие	800	736	1000	920	1400	1288
Сердце	321	273	428	364	—	—
Печень (говяжья)	281	233	—	—	—	—
Маргарин столовый	80	80	60	60	40	40
Лук репчатый	100	84	100	84	100	84
Масса пассерованного лука	—	42	—	42	—	42
Мука пшеничная	10	10	10	10	10	10
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Соль	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Субпродукты промывают и нарезают на куски. Сердце нарезают на две–четыре части и тщательно промывают до полного удаления сгустков крови.

Подготовленные сердце и легкие отваривают в подсоленной воде, а печень жарят. Субпродукты пропускают через мясорубку, кладут слоем не более 2–3 см на предварительно разогретые противни с маргарином и обжаривают при помешивании.

В эту массу добавляют пассерованный репчатый лук, белый соус, соль, перец и перемешивают.

1120. Фарш ливерный (2-й вариант)

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Легкие	1359	1250	1389	1278
или сердце	1765	1500	1804	1533
или печень (говяжья)	1594	1323	1630	1353
Маргарин столовый	80	80	60	60
Лук репчатый	119	100	100	84
Масса пассерованного лука	—	50	—	42
Мука пшеничная	10	10	10	10
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5
Соль	10	10	10	10
Выход:	—	1000	—	1000

Фарш из субпродуктов готовят так, как указано в предыдущей рецептуре.

1121. Фарш ливерный с кашей

	БРУТТО	НЕТТО
Фарш ливерный №№ 1119, 1120	—	520
Каша рисовая, пшеничная, гречневая или перловая рассыпчатая № 744	—	490
Выход	—	1000

В ливерный фарш добавляют рассыпчатую кашу и перемешивают.

Наименование сырья и полуфабрикатов	1122. Фарш рыбный		1123. Фарш рыбный с рисом		1124. Фарш рыбный с рисом и визигой	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
1	2	3	4	5	6	7
Окунь морской[1]	1555	1026	1136	750	1295	855
или треска[1]	1405	1026	1027	750	1171	855
или сом (кроме океанического)	2280	1026	1667	750	1900	855
или судак	2138	1026	1563	750	1781	855
или филе сазана, выпускаемое промышленностью	1115	1026	815	750	929	855
Масса готовой рыбы[2]	—	841	—	615	—	701
Крупа рисовая	—	—	120	120	40	40
Масса вареного риса	—	—	—	336	—	112
Визига сухая (промышленная)	—	—	—	—	46	46
Масса вареной визиги	—	—	—	—	—	138
Лук репчатый	150	126	100	84	50	42
Масса пассерованного лука	—	63	—	42	—	21

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, треску потрошеные обезглавленные.

[2] При изготовлении рыбных фаршей допускается использование рыб других пород с незначительным содержанием межмышечных костей.

1	2	3	4	5	6	7
Мука пшеничная	10	10	10	10	10	10
Маргарин столовый	100	100	40	40	40	40
Петрушка (зелень)	9	7	9	7	9	7
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Соль	12	12	12	12	12	12
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Филе окуня морского, или трески, или сома, или судака без кожи и костей или с кожей без костей, или филе сазана промышленной выработки нарезают на куски и припускают. Готовую рыбу измельчают, добавляют пассерованный лук, зелень петрушки, белый соус и тщательно перемешивают.

При приготовлении фарша рыбного с рисом готовый рыбный фарш смешивают с рассыпчатым рисом; фарша рыбного с рисом и визигой – с рассыпчатым рисом и подготовленной визигой.

Сухую визигу перед отвариванием замачивают на 2–3 ч в холодной воде и варят до полного размягчения в подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды).

Готовую визигу измельчают или пропускают через мясорубку, после чего прогревают с растопленным маргарином.

Из визиги можно готовить самостоятельный фарш так же, как фарш рыбный с рисом и визигой, заменив массу готовой рыбы эквивалентным количеством визиги.

1125. Фарш картофельный с грибами или луком

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
Картофель	1017	740[1]	1209	880[1]
Лук репчатый	214	90[1]	310	130[1]
Грибы сушеные	90	180[1]	—	—
Масло растительное	30	30	40	40
Соль	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000

[1] Масса овощей и грибов указана после тепловой обработки.

Очищенный картофель варят, отвар полностью сливают, затем картофель в горячем виде протирают, смешивают с пассерованным до готовности луком или вареными нарезанными грибами и луком.

Наименование сырья и полуфабрикатов	**1126. Фарш из свежей капусты**		**1127. Фарш из квашеной капусты**	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
1	2	3	4	5
Капуста белокочанная свежая	1500	1200	—	—
Капуста квашеная	—	—	1589	1112
Маргарин столовый	70	70	48	48
Масса готовой капусты	—	900	—	945
Яйца	$2^1/_2$ шт.	100	—	—
или лук репчатый	238	200	95	80
Маргарин столовый	30	30	12	12
Масса пассерованного лука	—	100	—	40

1	2	3	4	5
Сахар	—	—	15	15
Перец черный молотый	0,2	0,2	0,2	0,2
Петрушка (зелень)	14	10	14	10
Соль	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000

Свежую очищенную промытую капусту шинкуют, затем кладут слоем не более 3 см на противень с растопленным жиром и жарят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180–200°С. Готовую капусту охлаждают, добавляют соль, пассерованный лук или сваренные вкрутую рубленые яйца, мелко нарезанную зелень петрушки. Солить капусту до жаренья, а также неохлажденную после жаренья нельзя, так как при этом из нее выделяется влага, что снижает качество фарша.

Если свежая капуста горчит, ее предварительно бланшируют в течение 3–5 мин, откидывают, обсушивают, а затем обжаривают. Свежую капусту при частом помешивании можно обжарить на плите.

Для приготовления фарша из квашеной капусты капусту перебирают, отжимают (если она очень кислая, ее следует промыть несколько раз в холодной воде и тщательно отжать), мелко режут, кладут в широкую посуду с толстым дном с разогретым маргарином слоем не более 3–4 см и при периодическом помешивании слегка обжаривают, затем добавляют небольшое количество жидкости (воды, бульона) – 5–6% от массы капусты и при слабом нагреве тушат до готовности. В конце тушения жидкость должна полностью испариться. В готовую капусту добавляют мелко нарезанный пассерованный лук, сахар, перец, соль, мелко нарезанную зелень петрушки и перемешивают.

Наименование сырья и полуфабрикатов	**1128. Фарш морковный**		**1129. Фарш морковный с яйцом**		**1130. Фарш морковный с рисом**	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	1359	1087	1183	946	1019	815
Масса готовой моркови	—	1000	—	870	—	750
Крупа рисовая	—	—	—	—	89	89
Масса вареного риса	—	—	—	—	—	250
Яйца	—	—	3¼шт.	130	—	—
Сахар	10	10	10	10	10	10
Маргарин столовый или масло сливочное	50	50	80	80	80	80
Соль	8	8	8	8	8	8
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Морковь очищают, промывают и пропускают через овощерезку, затем припускают в небольшом количестве воды (8–10% к массе нетто моркови) с жиром. К припущенной моркови добавляют соль, сахар, вареные рубленые яйца или рассыпчатый рис и перемешивают.

1131. Фарш из зеленого лука с яйцом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук зёленый	—	—	1031	825	1106	885
Маргарин столовый	—	—	70	70	50	50
Яйца	—	—	3 шт.	120	2 шт.	80
Петрушка (зелень)	—	—	20	15	20	15
Соль	—	—	12	12	12	12
Выход	—	—	—	1000	—	1000

Зеленый лук очищают, промывают, обсушивают, мелко режут, соединяют с рублеными яйцами, растопленным маргарином, солью, мелко нарезанной зеленью и перемешивают.

1132. Фарш грибной

	БРУТТО	НЕТТО
Грибы сушеные	410	410
Масса вареных грибов	—	820
Маргарин столовый или масло растительное	50	50
Лук репчатый	100	84
Масса пассерованного лука	—	42
Мука пшеничная	10	10
Перец черный молотый	0,2	0,2
Соль	20	20
Выход	—	1000

Сушеные белые грибы тщательно промывают, а затем отваривают. Полученный отвар процеживают и используют для приготовления белого соуса. Вареные грибы моют, обсушивают, пропускают через мясорубку. Измельченные грибы слегка поджаривают, добавляют пассерованный лук, перец, соль, соус и все тщательно перемешивают.

Наименование сырья и полуфабрикатов	**1133. Фарш рисовый с яйцом**		**1134. Фарш рисовый с грибами**	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	300	300	320	320
Масса вареного риса	—	840	—	896
Яйца	3 шт.	120	—	—
Грибы белые сушеные	—	—	58	58
Масса вареных грибов	—	—	—	116
Маргарин столовый	80	80	70	70
Лук репчатый	—	—	50	42
Масса пассерованного лука	—	—	—	21
Укроп, петрушка (зелень)	14	10	—	—
Перец черный молотый	—	—	0,2	0,2
Соль	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000

Готовят отварной рис, как описано на с. 181, затем добавляют растопленный маргарин, рубленые яйца, мелко нарезанную зелень петрушки или укропа и осторожно перемешивают.

Для фарша рисового с грибами отваренные и измельченные грибы поджаривают и смешивают с рассыпчатым рисом и пассерованным луком.

1135. Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Творог	792	784	841	833	915	906
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	80	1 шт.	40

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	90	90	80	80	50	50
Мука пшеничная	40	40	40	40	40	40
Масло сливочное	40	40	—	—	—	—
Ванилин	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Творог пропускают через протирочную машину. Затем добавляют яйца, муку, сахар, масло сливочное, ванилин и все тщательно перемешивают.

1136. Фарш творожный (для блинчиков)

	БРУТТО	НЕТТО
Творог	909	900
Яйца	9/10 шт.	36
Сахар	90	90
Выход	—	1000

Творог пропускают через протирочную машину, затем добавляют яйца, сахар и все тщательно перемешивают.

1137. Фарш яблочный

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
Яблоки свежие	1150	1012	1186	830
Сахар	300	300	200	200
Выход	—	1000	—	1000

1-й вариант. Свежие яблоки промывают, удаляют семенное гнездо, поврежденные части и нарезают ломтиками. Нарезанные яблоки пересыпают сахаром, добавляют воду (20–30 г на 1 кг яблок) и варят, помешивая, при слабом нагреве до тех пор, пока масса не станет густой. Яблоки можно очищать от кожицы, соответственно увеличив массу брутто.

2-й вариант. У яблок удаляют семенное гнездо и кожицу, а затем нарезают ломтиками или кубиками и пересыпают сахаром.

1138. Фарш вишневый

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Вишня	1550	1240	1013	810
Сахар	150	150	190	190
Крупа манная	—	—	70	70
Выход	—	1000	—	1000

1-й вариант. У вишни удаляют плодоножки и косточки, промывают, пересыпают сахаром и оставляют на 3–4 ч в прохладном месте. Выделившийся сок отделяют, а мякоть используют как фарш.

2-й вариант. У вишни удаляют плодоножки и косточки. Мякоть вишни посыпают сахаром и прогревают до температуры 30–40°С. Затем при непрерывном помешивании вводят манную крупу и прогревают фарш не более 30 мин при температуре 90–95°С.

Перед употреблением охлаждают.

ПРИЛОЖЕНИЕ

РАСЧЕТЫ РАСХОДА СЫРЬЯ, ВЫХОДА ПОЛУФАБРИКАТОВ И ГОТОВЫХ ИЗДЕЛИЙ

МЯСО

Обработка мяса крупного рогатого и мелкого скота

Говядина, баранина, козлятина, телятина, свинина поступают на предприятия общественного питания в остывшем, охлажденном и замороженном виде. Говядина поступает полутушами и четвертинами; баранина, козлятина, телятина – целыми тушами; свинина – полутушами и тушами. Кроме того, предприятия снабжаются крупнокусковыми, порционными и другими полуфабрикатами.

Мороженое мясо вначале размораживают. Мясо размораживают крупными частями (не менее четверти туши), стремясь максимально восстановить первоначальное качество мяса. Размораживают мясо в подвешенном состоянии так, чтобы туши, полутуши и четвертины не соприкасались между собой и с ограждениями камер. Размораживание может быть медленным и быстрым.

При наличии на предприятии общественного питания холодильных камер, вмещающих 3–5-дневный запас мяса, процесс его медленного размораживания происходит одновременно с хранением, так как мясо поступает при температуре около – 18°С, а температура в холодильных камерах составляет от 0 до +6–8°С. Относительную влажность воздуха при этом следует поддерживать в пределах 90–95%. Размораживание считается законченным, когда температура в толще мышц достигает 0 + 1°С.

В тех случаях, когда на предприятиях нет условий для медленного размораживания, допускается быстрое размораживание мяса.

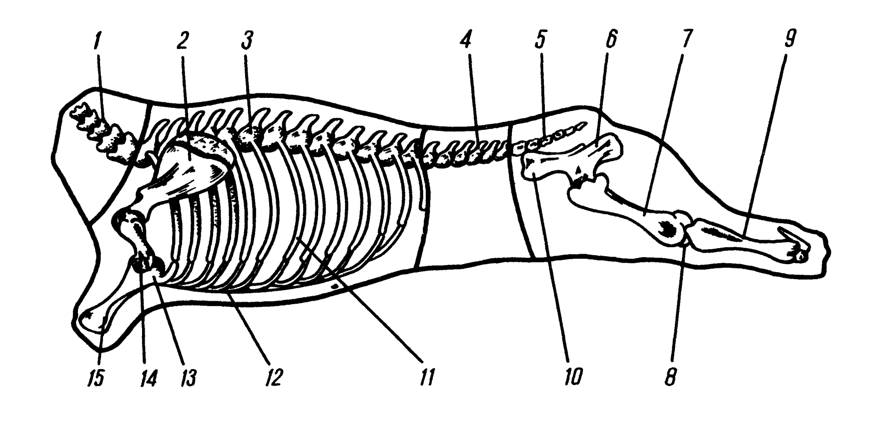
Быстрое размораживание проводят в цехе при температуре 20–25°С и относительной влажности воздуха 85–95% в течение суток. Размораживание считается законченным, когда температура в толще мышц достигает –1,5 – 0,5°С. Для уменьшения потерь сока при разделке быстроразмороженное мясо выдерживают в холодильных камерах в подвешенном состоянии при температуре 0 + 2°С и относительной влажности воздуха 80–85% в течение 24 ч. Общий цикл при быстром размораживании составляет 48 ч. Размораживание мяса в воде недопустимо по санитарным правилам, а также из-за больших потерь растворимых веществ.

Перед разделкой с туш срезают загрязненные места, кровяные сгустки, ветеринарные клейма, мясо подвешивают на крючья и обмывают щеткой-душем или струей воды из брандспойта. Можно мыть мясо в ваннах с проточной водой, в этом случае применяют травяные щетки. Для мытья используют воду с температурой от + 20 до 38°С. В конце мойки туши охлаждают водой с температурой 12 – 15°С, а затем обсушивают при помощи циркулирующего воздуха с температурой 1 – 6°С.

Разделка туш

Разделка туш состоит из следующих операций: деление на отрубы, обвалка отрубов, выделение крупных кусков мяса, их жиловка и зачистка.

Отруб – мясо-костная часть, отделяемая от туши в соответствии с принятой схемой разделки (рис. 1, 2, 3).



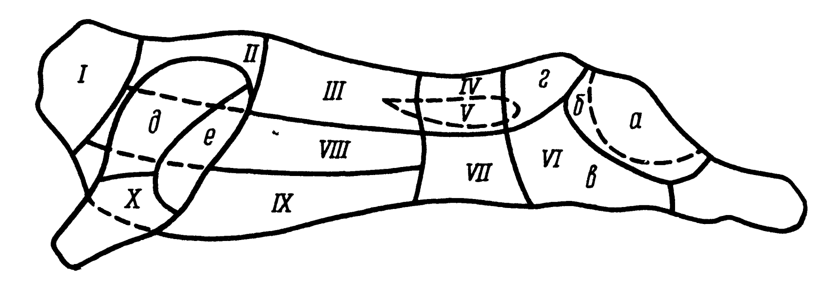


РИС. 1.

Название костей и схема разделки говяжьей туши

Название костей:

1–шейные позвонки; *2*–лопатка; *3*–тринадцать спинных позвонков; *4*–шесть поясничных позвонков; *5*–крестцовые позвонки; *6*–подвздошная кость; *7*–бедренная кость; *8*–коленная чашка; *9*–большая берцовая кость; *10*–бугор подвздошной кости (маклак); *11*–ребра; *12*–грудная кость; *13*–локтевая кость; *14*–плечевая кость; *15*–лучевая кость

Схема разделки говяжьей туши:

I–шейная часть; *II*–подлопаточная часть; *III*–спинная часть длиннейшей мышцы спины (толстый край); *IV*–поясничная часть длиннейшей мышцы спины (тонкий край); *V*–вырезка; *VI*–тазобедренная часть (*а*–внутренний кусок; *б*–наружный кусок; *в*–боковой кусок; *г*–верхний кусок); *VII*–пашина; *VIII*–покромка; *IX*–грудинка; *X*–лопаточная часть (*д*–заплечная; часть; *е*–плечевая часть)

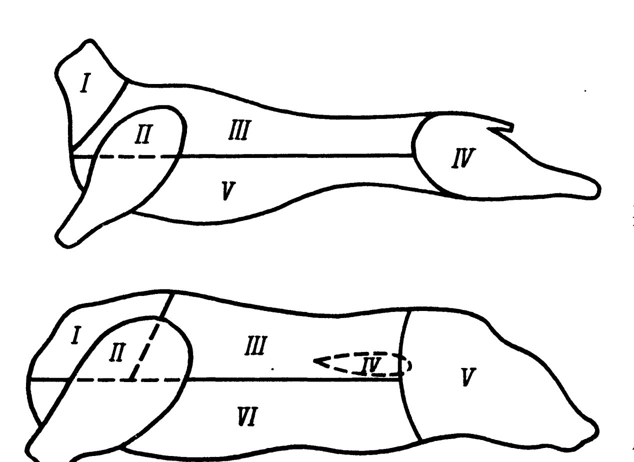


РИС. 2.

Схема разделки бараньей туши:

I–шейная часть; *II*–лопаточная часть; *III*–корейка; *IV*–тазобедренная часть; *V*–грудинка

РИС. 3.

Схема разделки свиной туши:

I–шейная часть; *II*–лопаточная часть; *III*–корейка; *IV*–вырезка; *V*–тазобедренная часть; *VI*–грудинка

Обвалка отрубов – отделение мяса от костей. После обвалки на костях не должно оставаться мякоти, а куски мяса не должны иметь порезов глубже 10 мм.

Жиловка и зачистка – освобождение мяса от сухожилий, грубой поверхностной пленки, хрящей и излишнего жира. Тонкие поверхностные пленки и межмышечную соединительную ткань оставляют. Для придания кускам мяса более правильной формы у них обрезают тонкие закраины.

В результате обвалки, выделения, жиловки и зачистки крупных кусков мяса в соответствии с принятой схемой разделки получают крупнокусковые полуфабрикаты.

Разделка говяжьих полутуш и четвертин

В случае поступления говяжьих полутуш с вырезкой, до того как начать разделку, отделяют вырезку, подрезая ее у позвоночника по всей длине: толстый конец (головку) отрезают от поясничного бугорка подвздошной кости и мышц тазобедренной части, затем, оттягивая вырезку за головку, срезают ее с остистых отростков позвоночника.

Деление на отрубы. Полутуши говядины делятся на следующие отрубы: лопаточная, шейная части, грудинка, спинно-реберная часть (передняя четвертина), а также тазобедренная и поясничная части (задняя четвертина).

Вначале говяжью полутушу делят на две четвертины – переднюю и заднюю. Линия деления проходит по последнему ребру и между 13-м и 14-м позвонками, при этом все ребра остаются в передней части (рис. 1). Для этого прорезают пашину против 13-го (последнего) ребра, затем по задней линии этого ребра прорезают мякоть до позвоночника, разрубая его по сочленению 13-го и 14-го позвонков.

Лопаточную часть отделяют по своему контуру. Для этого перерезают мышцы, соединяющие лопаточную часть с грудинкой, надрезают мышцы, расположенные по линии, идущей от локтевого бугра к верхнему углу заднего края лопаточной части, и мышцы, лежащие по верхнему и переднему краям лопаточной части, затем лопаточную часть оттягивают от туловища и перерезают мышцы, лежащие под плечевой и лопаточной костями.

Шейную часть отделяют по линии, проходящей между последним шейным и первым спинным позвонками. Для этого прорезают мякоть до позвоночника по линии остистого отростка первого спинного позвонка до выступа грудины, затем перерезают сочленения последнего шейного позвонка с первым спинным позвонком.

Грудинку отрезают по линии, идущей от конца первого ребра к концу последнего (в месте соединения хрящей с ребрами).

Спинно-реберная часть остается после отделения лопаточной, шейной частей, грудинки и включает спинную часть длиннейшей мышцы спины (толстый край), подлопаточную часть и покромку. Линии отделения спинно-реберной части проходят: передняя – по прямой линии у последнего шейного позвонка; задняя – по последнему ребру и между последним спинным и первым поясничным позвонками; нижняя – по линии, идущей от конца первого ребра к концу последнего (в месте соединения хрящей с ребрами).

Тазобедренную часть отделяют по линии, проходящей непосредственно перед маклаком (бугром подвздошной кости) между последним поясничным и первым крестцовым позвонками и идущей по направлению к коленному суставу задней ноги. При этом прорезают по контуру ноги пашину и другие прилегающие мышцы в направлении к подвздошной кости до позвоночника, затем перерезают сочленения последнего поясничного позвонка с первым крестцовым позвонком.

Поясничная часть – часть длиннейшей мышцы спины (тонкий край) с пашиной остается после отделения от задней четвертины туши тазобедренной части.

Полученные отрубы подвергают обвалке, делению на части, жиловке и зачистке.

Передняя четвертина туши

Лопаточную часть кладут на стол наружной стороной вниз, срезают мясо и сухожилия с лучевой и локтевой костей. После этого разрезают сочленения этих костей с плечевой кости и отделяют их, затем срезают мясо с краев плечевой кости, разрезают и разламывают сочленения с плечевой костью, отделяя лопаточную кость. Для этого упираются левой рукой в плечевую кость, а правой рукой отдирают лопаточную кость от мяса. После отделения лопаточной кости вырезают из мяса плечевую кость. От полученной мякоти отрезают жилистую часть, снятую с лучевой и локтевой костей. Остальное мясо разрезают на два больших куска – плечевую часть, отделенную от плечевой кости и задней кромки лопаточной кости, и заплечную часть, снятую с лопаточной кости.

Крупные куски лопаточной части жилуют и зачищают, выделяя: плечевую часть (мышца клинообразной формы); заплечную часть (две мышцы продолговатой формы, соединенные между собой пленкой).

Шейную часть обрабатывают следующим образом: мясо срезают целым пластом, стараясь полностью отделить его от позвонков; срезанное мясо жилуют – удаляют сухожилия, остатки надкостницы.

Грудинку отделяют, срезая мякоть одним пластом с грудной кости и реберных хрящей.

Оставшуюся спинно-реберную часть обваливают, прорезая мякоть вдоль позвоночника по остистым отросткам до основания ребер. Затем постепенно срезают мякоть с ребер целым пластом. Снятую мякоть разделяют на подлопаточную часть, толстый край, покромку.

У толстого края отделяют все прилегающие мышцы и сухожилия, включая поверхностное блестящее сухожилие. В зачищенном виде толстый край представляет собой пласт мяса неправильной прямоугольной формы, покромка – тонкий мышечный пласт прямоугольной формы, подлопаточная часть – квадратной формы.

Задняя четвертина туши

Поясничную часть длиннейшей мышцы спины срезают с поясничных позвонков. Для этого вдоль остистых отростков прорезают мясо до позвоночника, затем срезают его с костей целым пластом вместе с пашиной. Снятый слой мякоти разрезают по линии, проходящей на 1 см ниже поперечных отростков, разделяя его на тонкий край и пашину. Выделенные крупнокусковые полуфабрикаты жилуют. У тонкого края отделяют все прилегающие мышцы и сухожилия, включая поверхностное блестящее сухожилие. В зачищенном виде тонкий край представляет собой прямоугольный пласт мяса.

Пашина – мышечный слой, расположенный в нижней брюшной части туши.

Тазобедренная часть. У берцовой кости, начиная с наружного ее конца, подрезают мясо и сухожилия, перерезают сочленения этой кости с бедренной костью, после чего отделяют берцовую кость, срезают с нее мясо и сухожилия, затем отделяют подвздошную кость и, срезая мясо с кости, отделяют ее. Далее мясо разрезают вдоль бедренной кости и отделяют мышцу, расположенную с задней стороны кости (внутреннюю часть ноги), после чего вырезают бедренную кость. Остальную мякоть разрезают на три части: боковую, наружную, верхнюю. Боковая часть расположена с передней стороны бедренной кости, наружная – с наружной стороны этой же кости, верхняя – сверху, на подвздошной кости таза.

Куски мяса после отделения костей зачищают от сухожилий, излишнего жира и закраин. У наружной части срезают жилистое мясо и удаляют грубые сухожилия с внутренней стороны. У верхней части срезают грубые сухожилия и внутреннюю сухожильную прослойку, а тонкую поверхностную пленку оставляют. У внутренней части межмышечную соединительную ткань оставляют.

В результате разделки, обвалки и жиловки говяжьих полутуш выделяются следующие крупнокусковые полуфабрикаты: лопаточная (плечевая и заплечная), мякоть грудинки, спинная часть длиннейшей мышцы спины (толстый край), подлопаточная часть, покромка, пашина, вырезка (подвздошная мышца), поясничная часть длиннейшей мышцы спины (тонкий край), верхний, внутренний, наружный и боковой куски тазобедренной части.

Для котлетного мяса используют мякоть шейной части, пашину и обрезки, получающиеся при обвалке туши и зачистке крупнокусковых полуфабрикатов, а также покромку от туш II категории.

Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и грубой соединительной ткани.

В котлетном мясе из говядины содержание жировой и соединительной ткани не должно превышать соответственно 10 и 10%.

Разделка туш мелкого скота (свинины, баранины, козлятины, телятины)

Разделка туш мелкого скота состоит из операций, аналогичных разделке говяжьих туш. При разделке туш свинины, баранины, козлятины и телятины выделяются следующие отрубы: лопаточная часть (передняя нога), шейная часть, корейка, грудинка, тазобедренная часть (задняя нога). У телятины и свинины предварительно отделяется вырезка (рис. 2, 3).

Деление туш на отрубы. Туши свинины, баранины, козлятины и телятины или полутушу свинины делят поперек на две части: переднюю и заднюю. Линия деления проходит по контуру задней ноги, по тазовой кости, между крестцовым и поясничным позвонками.

Передняя половина туши. Ее делят на следующие отрубы: лопаточную часть, шейную часть, грудинку, корейку.

Лопаточную часть отделяют так же, как и у говяжьей туши. У баранины и телятины после отделения лопатки отрубают шейную часть.

Шейную часть отделяют между последним шейным и первым спинным позвонками по линии выступа грудной кости, идущей в направлении к переднему остистому отростку позвоночника.

Корейку и грудинку выделяют из оставшейся спинно-реберной части, которую предварительно разрубают пополам. Для этого вдоль спинных и поясничных позвонков, по обеим сторонам поперечных отростков, прорезают мякоть до основания ребер, после этого выделяют позвоночник, перерубая его поперечные отростки и ребра у их оснований сначала с одной стороны позвоночника, а затем с другой. После этого переднюю часть туши разрубают вдоль грудной кости на две половины. У них отрубают грудные кости и отделяют корейку от грудинки. Линия разреза проходит поперек ребер, параллельно позвоночнику. Длина ребер корейки не должна превышать 80 мм.

У отделенной свиной корейки отрезают шейную часть по линии между четвертым и пятым ребрами.

Заднюю половину туши делят на две тазобедренные части, для чего кости таза и крестцовые позвонки распиливают или разрубают в продольном направлении.

Обвалка отрубов, выделение крупнокусковых частей, жиловка

Полученные отрубы подвергают обвалке и жиловке. У свинины перед обвалкой со всех частей туши срезают шпик, оставляя его на мясе слоем не более 10 мм.

Обвалку и жиловку лопаточной и тазобедренной частей (передних и задних ног) свинины, баранины, козлятины и телятины производят так же, как и говядины.

Обработанную мякоть лопаточной и тазобедренной частей массой не более 5 кг от туш баранины, козлятины и телятины оставляют целиком, а от более крупных туш разрезают на куски (см. обвалку передней и задней ноги говяжьих полутуш).

Корейка полной обвалке не подвергается. С поясничной части корейки срезают поперечные отростки позвоночника, оставшиеся ребра не вырезают, закраины срезают; с внешней стороны корейки удаляют сухожилия. У бараньей корейки отрезают часть с 1-го по 4-е ребро, так как она представляет собой тонкий слой мышц, непригодных для нарезки порционных кусков.

Таким образом, корейка как крупнокусковой полуфабрикат представляет собой спинную и поясничную части с реберными костями длиной не более 80 мм и с прилегающим к ним мясом и жиром, без спинных и поясничных позвонков и поперечных отростков.

Грудинку полной обвалке не подвергают; ребра сохраняют, грудную кость, если она не была вырублена при делении туши на части, срезают. От заднего конца грудинки отрезают жилистое мясо (небольшую часть пашины). Крупнокусковой полуфабрикат грудинки представляет собой часть туши с реберными костями, оставшуюся после отделения корейки, без грудной кости; для баранины, козлятины и телятины – без жилистой части пашины; для свинины – без сосковой и паховой частей.

Шейную часть баранины, козлятины и телятины обваливают так же, как и шейную часть говядины. С шейной части свинины, которая, помимо шейных позвонков, включает четыре спинных позвонка с реберными костями, также срезают мякоть целым пластом, стараясь полностью отделить ее от костей.

Для котлетного мяса у баранины, козлятины, телятины используют мякоть шейной части и обрезки; у свинины – обрезки. Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и грубой соединительной ткани. В котлетном мясе из свинины допускается содержание жировой ткани не более 30% и соединительной ткани – не более 5%.

Таблица 10

Кулинарное использование крупнокусковых полуфабрикатов

Наименование крупнокусковых полуфабрикатов	Изготовляемые полуфабрикаты		
	крупнокусковые	порционные	мелкокусковые
1	2	3	4
	Из говядины		
Вырезка	для жаренья целиком (ростбиф)	бифштексы, филе, лангеты	бефстроганов, мясо для шашлыка
Спинная часть длиннейшей мышцы спины (толстый край)	То же	антрекоты, ромштексы	поджарка, бефстроганов
Поясничная часть длиннейшей мышцы спины (тонкий край)	«	То же	То же
Верхний и внутренний куски тазобедренной части	для тушения целиком	ромштексы, зразы натуральные	»
Боковой и наружный куски тазобедренной части	для тушения и варки целиком	говядина духовая	азу
Лопаточная и подлопаточная части	для варки	—	гуляш
Мякоть грудинки	для варки целиком	—	»
Покромка от говядины I категории	То же	—	»
	Из баранины, козлятины		
Корейка	для жаренья целиком	котлеты натуральные, отбивные, эскалоп	мясо для шашлыка
Тазобедренная часть	для жаренья целиком	шницели	мясо для шашлыка
Лопаточная часть	для жаренья целиком (рулет)	баранина духовая	мясо для плова
Грудинка	для жаренья в фаршированном виде	грудинка, жаренная во фритюре	рагу
	Из свинины		
Вырезка, корейка	для жаренья целиком	вырезка натуральная, котлеты натуральные, отбивные, эскалопы	мясо для шашлыка, поджарка
Тазобедренная часть	для жаренья целиком	шницели	мясо для шашлыка, поджарка
Лопаточная часть	для жаренья целиком	свинина духовая	гуляш
Грудинка	для жаренья целиком в натуральном и фаршированном виде	—	рагу по-домашнему
Шейная часть	для жаренья целиком	свинина духовая	гуляш
	Из телятины I категории (молочной)		
Корейка	для жаренья целиком	котлеты натуральные, отбивные, эскалопы	—

1	2	3	4
Тазобедренная часть	для жаренья целиком	шницели	—
Лопаточная часть	для варки и жаренья целиком	—	—
Грудинка	для варки и жаренья целиком в натуральном и фаршированном виде	грудинка, жаренная во фритюре	—

Таблица 11

Среднетушевые нормы отходов и потерь при холодной обработке мяса для предприятий общественного питания, работающих на сырье

(в % к массе мяса на костях)

Наименование сырья	Упитанность				
	I категории	II категории		III категории	
Говядина	26,4	29,5		—	
Баранина, козлятина (без ножек)	28,5	33,8		—	
Телятина (молочная)	34	—		—	
Свинина	—	мясная 14,8	обрезная 16,6		жирная 12,8

Примечание. При разделке баранины и козлятины с ножками отходы увеличиваются на 1,3%.

Таблица 12

Нормы выхода крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса для предприятий общественного питания, работающих на сырье

(в % к массе мяса на костях)

Наименование полуфабрикатов	Упитанность	
	I категории	II категории
1	2	3
Из говядины		
Длиннейшая мышца спины		
спинная часть (толстый край)	1,7	2,1
поясничная часть (тонкий край)	1,6	1,7
Тазобедренная часть		
верхний кусок	2,0	2,3
внутренний кусок	4,5	4,8
боковой кусок	4,0	4,0
наружный кусок	6,1	5,5
Лопаточная часть		
плечевая	2,0	2,2
заплечная	2,5	2,6
Подлопаточная часть	2,0	1,7
Грудинка (мякоть)	2,8	2,5
Покромка	4,1	—
Котлетное мясо	40,3	41,1
Выход крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса	73,6	70,5
Кости	22,2	25,1
Сухожилия, хрящи	3,2	3,4
Технические зачистки и потери при разделке	0,5	0,5
Потери при хранении	0,4	0,4
Потери при нарезке	0,1	0,1
Итого	100,0	100,0

Примечание. Покромка из говядины II категории относится к котлетному мясу.

Наименование полуфабрикатов	Баранина		Телятина молочная
	Упитанность		
	I категории	II категории	I категории
1	2	3	4
Из баранины, козлятины и телятины			
Корейка с реберной костью	10,5	9,7	8,0
в том числе: мякоть	9,0	7,4	5,5
Тазобедренная часть	17,0	17,8	17,0
Лопаточная часть	7,6	8,0	5,5
Грудинка с реберной костью	8,7	7,6	8,5
в том числе мякоть	6,7	5,4	6,0
Котлетное мясо	29,8	26,0	32,0
в том числе: шейная часть (мякоть)	4,8	4,5	—
обрезки	25,0	21,5	—
Выход крупнокусковых полуфабрикатов, котлетного мяса (при разделке корейки и грудинки с реберной костью)	73,6	69,1	—
Выход крупнокусковых полуфабрикатов, котлетного мяса (при разделке корейки и грудинки без реберной кости)	70,1	64,6	66,0
Почки и околопочечный жир	1,4	1,6	—
Кости (при разделке корейки и грудинки с реберной костью)	22,3	25,8	—
Кости (при разделке корейки и грудинки без реберной кости)	25,8	30,3	—
Сухожилия, хрящи	1,6	2,4	—
Кости и сухожилия	—	—	33,0
Технические зачистки и потери при разделке	0,5	0,5	1,0
Потери при хранении	0,4	0,4	—
Потери при нарезке	0,2	0,2	—
Итого	100,0	100,0	100,0

Примечание. При поступлении баранины и козлятины с ножками потери увеличиваются на 1,3%, выход котлетного мяса уменьшается на 1,3%.

Наименование полуфабрикатов	II категории		III категории
	мясная	обрезная	жирная
1	2	3	4
Из свинины			
Вырезка	0,7	0,8	0,6
Корейка с реберной костью	10,3	11,2	8,5
в том числе мякоть	9,3	10,2	7,7
Тазобедренная часть	14,0	18,5	14,0
Лопаточная часть	6,5	10,1	7,6
Грудинка с реберной костью	9,2	10,3	7,8
в том числе мякоть	8,3	9,0	6,8
Шейная часть (мякоть)	4,0	5,6	4,2
Котлетное мясо	28,8	29,2	21,9
Выход крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса (при разделке корейки и грудинки с реберной костью)	73,5	85,7	64,6
Выход крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса (при разделке корейки и грудинки без реберной кости)	71,6	83,4	62,8

1	2	3	4
Шпик и обрезки шпика	13,6	—	24,4
Кости (при разделке корейки и грудинки с реберной костью)	11,5	13,0	9,8
Кости (при разделке корейки и грудинки без реберной кости)	13,4	15,3	11,6
Сухожилия и хрящи	0,6	0,5	0,4
Технические зачистки и потери при разделке	0,5	0,5	0,5
Потери при хранении	0,2	0,2	0,2
Потери при нарезке	0,1	0,1	0,1
Итого	100,0	100,0	100,0

Примечания: 1. При разделке свинины в шкуре отход у мясной свинины увеличивается на 7,5%, у жирной – на 6%, за счет шкуры, которая используется для студней и желе. При поступлении крупонированной свинины выход шкуры составляет 3,3% к массе туши.

2. Шпик (получающийся при разделке свиной туши) толщиной не менее 3,5 см можно засаливать и использовать при изготовлении холодных блюд. Для засола каждую полоску шпика смачивают в рассоле, натирают солью и укладывают в ящики или чаны, на дно которых насыпают слой соли 1–1,5 см. Солью пересыпают каждый ряд. Срок посола – 20 суток. При таком способе засола выход шпика – 98%. Для улучшения вкусовых качеств шпик рекомендуется натирать солью с добавлением чеснока. Расход соли на посол шпика – 8% от массы сырья.

Таблица 13

Содержание костей в отдельных полуфабрикатах

(в % к массе полуфабриката)

Наименование полуфабриката	Баранина		Свинина		
	Упитанность		II категории		III категории
	I категории	II категории	мясная	обрезная	жирная
Корейка с реберной костью	14,3	23,7	9,7	8,9	9,4
Грудинка с реберной костью	23,0	28,9	9,8	12,6	12,8

Таблица 14

Содержание костей различной пищевой ценности в скелете говяжьих туш

(в % к массе костей)

Наименование костей	Упитанность	
	I категории	II категории
Трубчатые и тазовые	45,0	48,0
Грудные	8,0	8,0
Позвоночные	29,0	27,0
Реберные и лопаточные	18,0	17,0

Таблица 15

Расчет расхода мяса, выхода полуфабрикатов и готовых изделий

Наименование сырья, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г		Масса сырья нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Масса готового изделия, г
		I категории	II категории			
1	2	3	4	5	6	7
Говядина						
Крупные куски	варка	43	45	32	38	20

1	2	3	4	5	6	7
Крупные куски	варка	54	57	40	38	25
»	»	65	68	48	38	30
»	»	76	79	56	38	35
»	»	88	92	65	38	40
»	»	110	115	81	38	50
»	»	132	138	97	38	60
»	»	164	172	121	38	75
»	»	219	228	161	38	100
Крупные куски	тушение	113	118	83	40	50
»	»	170	177	125	40	75
»	»	227	237	167	40	100
Крупные куски	жаренье	105	109	77	35	50
»	»	156	163	115	35	75
»	»	209	218	154	35	100
Порционные куски (духовая говядина)	тушение	109	113	80*	40	48
То же	»	170	177	125*	40	75
»	»	227	237	167	40	100
Порционные куски (зразы натуральные отбивные)	тушение	109	113	80*/117	40	70
То же	»	170	177	125*/167	40	100
»	»	227	237	167/225	40	135
Порционные куски натуральные (бифштекс, филе, лангет, антрекот и др.)	жаренье	109	113	80*	37	50
То же	»	170	177	125*	37	79
»	»	216	226	159	37	100
Порционные куски в сухарях (ромштекс)	жаренье	95	99	70/80*	27	58
То же	»	149	156	110/125*	27	91
»	»	194	203	143/171	27	125
Мелкие куски (азу, гуляш, поджарка)	тушение	107	112	79	37	50
То же	»	162	169	119	37	75
»	»	216	226	159	37	100
Мелкие куски (шашлык, бефстроганов)	жаренье	107	112	79	37	50
То же	»	162	169	119	37	75
»	»	216	226	159	37	100
Бифштекс рубленый	жаренье	82	85	60/75*	30	53
То же	»	109	113	80/100*	30	70
»	»	155	162	114/143	30	100
Шницель натуральный рубленый	жаренье	95	99	70/103	27	75
То же	»	129	135	95/137	27	100
»	»	156	163	115/171	27	125
Изделия из котлетной массы:						
Биточки паровые (припущенные)	припускание	50	52	37/57	12	50
То же	»	76	79	56/85	12	75
»	»	101	105	74/114	12	100
»	»	151	157	111/170	12	150
Тефтели	жаренье					
»	и тушение	52	54	38/71	15	60
	То же	103	108	76/135	15	115
»	»	155	162	114/194	15	165
Фрикадельки в соусе	тушение	52	54	38/65	15	55
То же	»	103	108	76/129	15	110
»	»	155	162	114/188	15	160
Котлеты, биточки, шницели	жаренье	50	52	37/62	19	50
То же	»	76	79	56/93	19	75
»	»	101	105	74/123	19	100
»	»	151	157	111/185	19	150

1	2	3	4	5	6	7
Зразы рубленые	жаренье	52	54	38/82	15	70
То же	»	103	108	76/165	15	140
»	»	155	162	114/247	15	210
Рулет с яйцами	запекание	103	108	76/165	12	145
То же	»	155	162	114/267	12	235
»	»	207	216	152/330	12	290
Рулет с макаронами	запекание	103	108	76/199	12	175
То же	»	155	162	114/313	12	275
»	»	207	216	152/398	12	350
Котлеты, запеченные с молочным соусом	запекание	50	52	37/90	22[2]	70
То же	»	101	105	74/179	22[2]	140
»	»	151	157	111/263	22[2]	205
Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом (по-казацки)	запекание	50	52	37/267	12[3]	235
То же	»	101	105	74/341	12[3]	300
»	»	151	157	111/420	12[3]	370
Баранина, козлятина						
Крупные куски	варка	43	47	31	36	20
То же	»	55	59	39	36	25
»	»	66	71	47	36	30
»	»	77	83	55	36	35
»	»	88	95	63	36	40
»	»	109	118	78	36	50
»	»	131	142	94	36	60
»	»	164	177	117	36	75
»	»	218	236	156	36	100
Крупные куски	тушение	110	119	79	37	50
То же	»	166	180	119	37	75
»	»	222	240	159	37	100
Крупные куски	жаренье	110	119	79	37	50
То же	»	166	180	119	37	75
»	»	222	240	159	37	100
Грудинка, фаршированная кашей[4]	жаренье	110	119	79/213	20	170
То же	»	166	180	119/269	20	215
»	»	222	240	159/319	20	255
Грудинка, фаршированная рисом и печенью	жаренье	110	119	79/200	20	160
То же	»	166	180	119/250	20	200
»	»	222	240	159/306	20	245

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Порционные куски (баранина духовая)	тушение	112	121	80*	37	50
То же	»	175	189	125*	37	79
»	»	222	240	159	37	100
Порционные куски натуральные (эскалоп)	жаренье	112	121	80*	37	50
То же	»	175	189	125*	37	79
»	»	222	240	159	37	100
Порционные куски натуральные с косточкой (котлеты натуральные)	жаренье	112	121	80[5]*	37	50[5]
То же	»	158	171	113+12[6]*	37	71 + 12[6]
»	»	222	240	159 + 12[6]	37	100 + 12[6]
Порционные куски в сухарях (шницель)	жаренье	98	106	70/80*	30	56
То же	»	154	166	110/125*	30	88
»	»	211	228	151/179	30	125
Порционные куски в сухарях (котлета отбивная)	жаренье	98	106	70/80[5]*	30	56[5]
То же	»	137	148	(98+12[6]) / (113+12[6]*)	30	79 + 12[6]
»	»	211	228	(151+12[6]) / (179+12[6])	30	125 + 12[6]
Грудинка	жаренье во фритюре[7]	97/69	104/69	44/56	10	50
»	»	143/102	154/102	65/83	10	75
»	»	193/138	208/138	88/111	10	100
Мелкие куски (плов)	тушение	99	107	71	30	50
То же	»	150	162	107	30	75
»	»	200	216	143	30	100
Мелкие куски с костью (рагу)	тушение	96	104	86[8]	30	60[8]
То же	»	144	156	129[8]	30	90[8]
Мелкие куски (шашлык)	жаренье	110	119	79	37	50
То же	»	166	180	119	37	75
»	»	222	240	159	37	100
Шницели натуральные рубленые (в сухарях)	жаренье	98	106	70/103	27	75
То же	»	133	144	95/137	27	100
»	»	161	174	115/171	27	125
Котлеты натуральные рубленые (в сухарях)	жаренье	80	86	57/71	30	50
То же	»	119	128	85/107	30	75
»	»	159	172	114/143	30	100
Изделия из котлетной массы:						
Тефтели	жаренье и тушение	53	57	38/71	15	60
То же	»	106	115	76/135	15	115
»	»	159	172	114/194	15	165
Фрикадельки в соусе	тушение	53	57	38/65	15	55
То же	»	106	115	76/129	15	110
»	»	159	172	114/188	15	160
Котлеты, биточки, шницели рубленые	жаренье	52	56	37/62	19	50
То же	»	78	85	56/93	19	75
»	»	103	112	74/123	19	100
»	»	155	168	111/185	19	150
Зразы рубленые	жаренье	53	57	38/82	15	70
То же	»	106	115	76/165	15	140
»	»	159	172	114/247	15	210

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Рулет с яйцами	запекание	106	115	76/165	12	145
То же	»	159	172	114/267	12	235
»	»	213	230	152/330	12	290
Рулет с макаронами	запекание	106	115	76/199	12	175
То же	»	159	172	114/313	12	275
»	»	213	230	152/398	12	350
Котлеты, запеченные с молочным соусом	запекание	52	56	37/90	22[2]	70
То же	»	103	112	74/179	22[2]	140
»	»	155	168	111/263	22[2]	205
Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом (по-казацки)	запекание	52	56	37/267	12[3]	235
То же	»	103	112	74/341	12[3]	300
»	»	155	168	111/420	12[3]	370
Биточки паровые (припущенные)	припускание	52	56	37/57	12	50
То же	»	78	85	56/85	12	75
»	»	103	112	74/114	12	100
»	»	155	168	111/170	12	150

Наименование сырья, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г			Масса сырья нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Масса готового изделия, г
		мясная	обрезная	жирная			
1	2	3	4	5	6	7	8
Свинина							
Крупные куски	Варка	39	40	38	33	40	20
»	»	49	50	48	42	40	25
»	»	59	60	57	50	40	30
»	»	68	70	67	58	40	35
»	»	79	80	77	67	40	40
»	»	97	100	95	83	40	50
»	»	117	120	115	100	40	60
»	»	147	150	143	125	40	75
»	»	196	200	192	167	40	100
Крупные куски	Тушение	87	89	85	74	32	50
»	»	129	132	126	110	32	75
»	»	173	176	169	147	32	100
Крупные куски	Жаренье	87	89	85	74	32	50
»	»	129	132	126	110	32	75
»	»	173	176	169	147	32	100
Порционные куски с косточкой (котлеты натуральные)	Припускание	94	96	92	80[5]*	40	48[5]
То же	»	123	126	120	105 + 20[6]*	40	63 + 20[6]
»	»	244	249	239	208 + 20[6]	40	125 + 20[6]
Порционные куски (свинина духовая)	Тушение	94	96	92	80*	32	54
То же	»	147	150	143	125*	32	85
»	»	173	176	169	147	32	100
Порционные куски (зразы натуральные отбивные)	Тушение	94	96	92	80*/117	40	70
То же	»	147	150	143	125*/167	40	100
»	»	196	200	192	167/225	40	135

1	2	3	4	5	6	7	8
Порционные куски натуральные (эскалоп)	Жаренье	94	96	92	80*	32	54
То же	»	147	150	143	125*	32	85
»	»	173	176	169	147	32	100
Порционные куски натуральные с косточкой (котлеты натуральные)	Жаренье	94	96	92	80[5]*	32	54
То же	»	123	126	120	105+20[6]*	32	71 + 20[6]
»	»	173	176	169	147 + 20[6]	32	100 + 20[6]
Порционные куски в сухарях (котлеты отбивные)	Жаренье	82	84	80	70/80*	27	58[5]
То же	»	106	108	103	90+20[6] / 105+20[6]*	27	77 + 20[6]
»	»	168	171	164	143 + 20[6] / 171 + 20[6]	27	125 + 20[6]
Порционные куски в сухарях (шницель)	Жаренье	82	84	80	70/80*	27	58
То же	»	129	132	126	110/125*	27	91
»	»	168	171	164	143/171	27	125
Мелкие куски (гуляш)	Тушение	87	89	85	74	32	50
То же	»	129	132	126	110	32	75
»	»	173	176	169	147	32	100
Мелкие куски (шашлык, поджарка)	Жаренье	87	89	85	74	32	50
То же	»	129	132	126	110	32	75
»	»	173	176	169	147	32	100
Шницели натуральные рубленые (в сухарях)	Жаренье	95	97	93	81/103	27	75
То же	»	128	131	125	109/137	27	100
»	»	156	159	153	133/171	27	125
Котлеты натуральные рубленые (в сухарях)	Жаренье	77	79	76	66/71	30	50
То же	»	116	119	114	99/107	30	75
»	»	154	157	150	131/143	30	100
Изделия из котлетной массы:							
Тефтели	Жаренье и тушение	45	46	44	38/71	15	60
То же	»	89	91	87	76/135	15	115
»	»	134	137	131	114/194	15	165
Фрикадельки в соусе	Тушение	45	46	44	38/65	15	55
То же	»	89	91	87	76/129	15	110
»	»	134	137	131	114/188	15	160
Котлеты, биточки, шницели	Жаренье	43	44	42	37/62	19	50
То же	»	66	67	64	56/93	19	75
»	»	87	89	85	74/123	19	100
»	»	130	133	127	111/185	19	150
Зразы рубленые	Жаренье	45	46	44	38/82	15	70
То же	»	89	91	87	76/165	15	140
»	»	134	137	131	114/247	15	210
Котлеты, запеченные с молочным соусом	Запекание	43	44	42	37/90	22[2]	70
То же	»	87	89	85	74/179	22[2]	140
»	»	130	133	127	111/263	22[2]	205

1	2	3	4	5	6	7	8
Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом (по-казацки)	Запекание	43	44	42	37/267	12[3]	235
То же	»	87	89	85	74/341	12[3]	300
»	»	130	133	127	111/420	12[3]	370
Биточки паровые (припущенные)	Припускание	43	44	42	37/57	12	50
То же	»	66	67	64	56/85	12	75
»	»	87	89	85	74/114	12	100
»	»	130	133	127	111/170	12	150

Наименование сырья, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы при холодной обработке, %	Масса сырья нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Масса готового изделия, г
1	2	3	4	5	6	7
Поросенок						
Целиком	Варка	125	20	100	25	75
»	»	166	20	133	25	100
»	»	209	20	167	25	125
»	»	250	20	200	25	150
Целиком	Жаренье	134	20	107	30	75
»	»	179	20	143	30	100
»	»	268	20	214	30	150
Целиком, фаршированный мясом	Варка	60	50	30/86	42	50
То же	»	90	50	45/129	42	75
»	»	120	50	60/172	42	100

Наименование сырья, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г	Масса сырья нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Масса готового изделия, г
1	2	3	4	5	6
Телятина I категории (молочная)					
Крупные куски	Варка	47	31	36	20
То же	»	59	39	36	25
»	»	71	47	36	30
»	»	83	55	36	35
»	»	95	63	36	40

1	2	3	4	5	6
Крупные куски	Варка	118	78	36	50
»	»	142	94	36	60
»	»	177	117	36	75
»	»	236	156	36	100
»	Жаренье	120	79	37	50
»	»	180	119	37	75
»	»	241	159	37	100
Грудинка, фаршированная кашей	Жаренье	120	79/213	20	170
То же	»	180	119/269	20	215
»	»	241	159/319	20	255
Грудинка, фаршированная рисом и печенью	Жаренье	120	79/200	20	160
То же	»	180	119/250	20	200
»	»	241	159/306	20	245
Порционные куски с косточкой (котлеты натуральные)	Припускание	121	80[5]*	36	51[5]
То же	»	159	105 + 20[6]*	36	67 + 20[6]
»	»	295	195 + 20[6]	36	125 + 20[6]
Порционные куски натуральные (эскалоп)	Жаренье	121	80*	37	50
То же	»	189	125*	37	79
»	»	241	159	37	100
Порционные куски натуральные с косточкой (котлеты натуральные)	Жаренье	121	80[5]*	37	50[5]
То же	»	159	105 + 20[6]*	37	66 + 20[6]
»	»	241	159 + 20[6]	37	100 + 20[6]
Порционные куски в сухарях (котлета отбивная)	Жаренье	106	70/80[5]*	27	58[5]
То же	»	136	90 + 20[6] / 105 + 20[6]*	27	77 + 20[6]
»	»	217	143 + 20[6] / 171 + 20[6]	27	125 + 20[6]
Порционные куски в сухарях (шницель)	Жаренье	106	70/80*	27	58
То же	»	167	110/125*	27	91
»	»	217	143/171	27	125
Грудинка	Жаренье во фритюре[7]	105/69	44/56	10	50
»	То же	155/102	65/83	10	75
»	»	209/138	88/111	10	100
Мелкие куски (бефстроганов и др.)	Жаренье	120	79	37	50
»	»	180	119	37	75
»	»	241	159	37	100
Изделия из котлетной массы:					
Биточки паровые (припущенные)	Припускание	56	37/57	12	50
То же	»	85	56/85	12	75
»	»	112	74/114	12	100
»	»	168	111/170	12	150
Тефтели	Жаренье и тушение	58	38/71	15	60
»	То же	115	76/135	15	115
»	»	173	114/194	15	165
Фрикадельки в соусе	Тушение	58	38/65	15	55
То же	»	115	76/129	15	110
»	»	173	114/188	15	160
Котлеты, биточки, шницели	Жаренье	56	37/62	19	50

1	2	3	4	5	6
Котлеты, биточки, шницели	Жаренье	85	56/93	19	75
»	»	112	74/123	19	100
»	»	168	111/185	19	150
Зразы рубленые	Жаренье	58	38/82	15	70
То же	»	115	76/165	15	140
»	»	173	114/247	15	210
Рулет с яйцами	Запекание	115	76/165	12	145
То же	»	173	114/267	12	235
»	»	230	152/330	12	290
Рулет с макаронами	Запекание	115	76/199	12	175
То же	»	173	114/313	12	275
»	»	230	152/398	12	350
Котлеты, запеченные с молочным соусом	Запекание	56	37/90	22[2]	70
То же	»	112	74/179	22[2]	140
»	»	168	111/263	22[2]	205
Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом	Запекание	56	37/267	12[3]	235
То же	»	112	74/341	12[3]	300
»	»	168	111/420	12[3]	370

Наименование сырья, полуфабрикатов, готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы при холодной обработке, %	Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	Масса готового изделия, г
1	2	3	4	5	6	7
Вырезка, замороженная блоками						
Целиком (ростбиф)	Жаренье	91	15[9]	77	35	50
То же	»	135	15[9]	115	35	75
»	»	181	15[9]	154	35	100
Порционные и мелкие куски (бифштекс, филе, лангет, бефстроганов, шашлык)	Жаренье	94	15[9]	80*	37	50
То же	»	147	15[9]	125*	37	79
»	»	187	15[9]	159	37	100

[1] Числитель – масса сырья нетто, знаменатель – масса полуфабриката. Дополнительные продукты, расходуемые при изготовлении полуфабрикатов, см. в соответствующих рецептурах Сборника.

[2] Котлеты запекаются сырыми.

[3] Биточки запекаются предварительно обжаренными.

[4] При использовании другого фарша меняется масса полуфабриката и готового изделия, масса брутто и нетто продукта остается без изменения.

[5] Масса котлет дана без косточки.

[6] Реберная косточка длиной не более 80 мм массой примерно 12 г (из баранины) и 20 г (из свинины и телятины).

[7] Нормы закладки на изделия, жаренные во фритюре, исчислены из расчета соответствующих отходов при холодной обработке и 36% потерь при варке: 97, 104, 143, 154, 193, 208, 105, 155, 209 г – масса брутто; 69, 102, 138 – масса нетто.

[8] Масса нетто рагу из баранины дана с учетом содержания 20% костей.

[9] Потери при размораживании и отход на зачистку.

Примечание. Полуфабрикаты, отмеченные звездочкой, даны по промышленной рецептуре.

Таблица 16

Полуфабрикаты из говядины, свинины, баранины, телятины и сельскохозяйственной птицы[1]
Расчет расхода сырья и выхода готовых изделий

Наименование полуфабрикатов	Масса сырья брутто, г			Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Масса дополнительных продуктов, нетто, г										Масса полуфабриката, г	Масса жира для жаренья полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе полуфабриката	Масса готового изделия, г
	I категории	II категории			Шпик свиной несоленый	Жир-сырец свиной говяжий	Лук репчатый	Сухари	Яйца	Хлеб	Вода	Соль	Перец	Свинина (котлетное мясо)				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Говядина																		
Бифштекс	109	113	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	37	50
»	170	177	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	37	79
Говядина духовая	109	113	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	—	40	48
»	170	177	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	—	40	75
Лангет	109	113	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	37	50
»	170	177	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	37	79
Антрекот	109	113	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	37	50
»	170	177	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	37	79
Ромштекс	95	99	—	70	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	27	58
»	149	156	—	110	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125	10	27	91
Мелкокусковые полуфабрикаты:																		
бефстроганов, поджарка, азу, гуляш	1359	1418	—	1000	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000	—	—	—
Суповой набор	679	709	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000[4]	—	—	—
Бифштекс рубленый	82	85	—	60	9	—	—	—	—	—	5,07	0,9	0,03	—	75	5	30	53
»	109	113	—	80	12	—	—	—	—	—	6,76	1,2	0,04	—	100	7	30	70
Из котлетной массы:																		
котлеты московские	34	35	—	25	—	4,47	0,5	2	—	7	10,4	0,6	0,03	—	50	2	19	41
»	68	71	—	50	—	8,94	1,0	4	—	14	20,8	1,2	0,06	—	100	5	19	81
котлеты домашние	24	26	—	18	—	1,0	1,0	2	0,5	6,5	10,0	0,6	0,05	10,35	50	2	19	41
»	49	51	—	36	—	2,0	2,0	4	1,0	13,0	20,0	1,2	0,1	20,7	100	5	19	81
Баранина, козлятина																		
Котлеты натуральные	112	121	—	80[2]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80[2]	5	37	50
То же	158	171	—	125[3]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125[3]	7	37	71+12[3]
Баранина духовая	112	121	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	—	37	50
»	175	189	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	—	37	79

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Котлеты отбивные	98	106	—	70[2]	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80[2]	6	30	56
»	137	148	—	110[3]	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125[3]	10	30	79+12[3]
Шницели	98	106	—	70	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	30	56
»	154	166	—	110	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125	10	30	88
Мелкокусковые полуфабрикаты:																		
шашлык, плов	1399	1511	—	1000	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000	—	—	—
рагу	1119	1208	—	1000	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000	—	—	—
набор суповой	699	755	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000[4]	—	—	—
Свинина	мясная	обрезная	жирная															
Эскалоп	94	96	92	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	32	54
»	147	150	143	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	32	85
Котлеты натуральные	94	96	92	80[2]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80[2]	5	32	54
»	123	126	120	125[3]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125[3]	7	32	71+20[3]
Свинина духовая	94	96	92	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	—	32	54
»	147	150	143	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	—	32	85
Котлеты отбивные	82	84	80	70[2]	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	27	58
»	106	108	103	110[3]	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125[3]	10	27	77+20[3]
Шницели	82	84	80	70	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	27	58
»	129	132	126	110	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125	10	27	91
Мелкокусковые полуфабрикаты:																		
гуляш, поджарка, шашлык	1174	1199	1147	1000	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000	—	—	—

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
рагу	587	600	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000[4]	—	—	—
рагу по-домашнему	1056	1079	1032	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000[6]	—	—	—
Из котлетной массы:																		
котлеты киевские	31	32	30	26,37	—	2	1,5	2	—	7	10,5	0,6	0,03	—	50	2	19	41
»	62	63	60	52,74	—	4	3	4	—	14	21	1,2	0,06	—	100	5	19	81
Телятина (молочная) I категории																		
Эскалоп	121	—	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	37	50
»	189	—	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	37	79
Котлеты натуральные	121	—	—	80[2]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80[2]	5	37	50
»	159	—	—	125[3]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125[3]	7	37	66+20[3]
Котлеты отбивные	106	—	—	70[2]	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80[2]	6	27	58
»	136	—	—	110[3]	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125[3]	10	27	77+20[3]
Шницели	106	—	—	70	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	27	58
»	167	—	—	110	—	—		15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125	10	27	91
Сельскохозяйственная птица – куры, индейки																		
Котлеты особые	—	—	—	62	—	—	—	5[5]	—	14	22	0,6	—	—	100	4	20	80
»	—	—	—	31	—	—	—	3[5]	—	7	11	0,3	—	—	50	2	20	40

[1] По рецептурам МРТУ 18/90-65 «Полуфабрикаты мясные», ОСТ 49 121-78 «Полуфабрикаты мясные рубленые» и ОСТ 28.6-79 «Полуфабрикаты рубленые из мяса птицы. Котлеты особые». Остальные продукты для приготовления блюд из этих полуфабрикатов см. в соответствующих рецептурах Сборника.

[2] Масса котлет дана без косточки

[3] В том числе реберная косточка длиной не более 80 мм, массой примерно 12 г (из баранины) и 20 г (из свинины и телятины).

[4] Масса полуфабриката с наличием примерно 50% мяса и жира и 50% костей.

[5] Норма сухарей дана с учетом расхода на подсыпку тары.

[6] Масса полуфабриката с содержанием костей не более 10%.

СУБПРОДУКТЫ, КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И СВИНОКОПЧЕНОСТИ

Обработка субпродуктов

Субпродукты в зависимости от их пищевой ценности и промышленной обработки делят на две категории.

К I категории относят: печень говяжью, свиную, баранью; почки говяжьи, свиные, бараньи; языки говяжьи, свиные, бараньи; мозги говяжьи, свиные, бараньи; сердце говяжье, свиное, баранье; вымя говяжье; мясо-костные хвосты говяжьи;

ко II категории относят: головы говяжьи, свиные, бараньи; ноги свиные; ноги и путовый сустав говяжьи; легкие говяжьи, свиные, бараньи; уши говяжьи, свиные; губы говяжьи; рубцы говяжьи, бараньи.

Субпродукты относят к группе особо скоропортящихся продуктов. Поэтому при поступлении на предприятия общественного питания необходимо тщательно проверять их доброкачественность. Субпродукты, у которых изменился внешний вид, запах или консистенция, предприятиями общественного питания не принимаются.

Сырье, поступающее на предприятия общественного питания, согласно действующим ГОСТам и техническим условиям должно отвечать следующим требованиям (табл. 17).

Таблица 17

Наименование субпродуктов	Характеристика
1	2
Головы говяжьи	Без остатков шкуры, волоса; промытые от крови, загрязнений; разрубленные пополам, без языков, мозгов, губ, ушей, глазных яблок
Головы свиные[1]	Целые с мозгами, без языков и ушей или разрубленные пополам, без мозгов, языков и ушей, очищенные от щетины, крови и загрязнений. Цвет коричневато-желтый
Головы бараньи[1]	Целые с мозгами, без языков или с мозгами и языком, очищенные от волоса. Цвет – сероватый, желто-коричневый или темно-коричневый
Языки говяжьи, свиные, бараньи	Целые, без порезов, разрывов и других повреждений. Без жира, подъязычной мускульной ткани, лимфатических узлов, гортани, подъязычной кости, промытые от слизи и крови. Ткань языка упругая
Мозги говяжьи, свиные, бараньи	Целые, без повреждения оболочки, очищенные от сгустков крови, осколков кости. Цвет – от светло- до темно-коричневого
Почки говяжьи, свиные, бараньи	Целые, без жировой капсулы, наружных мочеточников и кровеносных сосудов. Цвет – от светло- до темно-коричневого
Печень говяжья, свиная, баранья	Без наружных кровеносных сосудов, лимфатических узлов и желчного пузыря с протоком, прирезей посторонних тканей. Цвет – от светло- до темно-коричневого с оттенком
Вымя говяжье	Целое или разрезанное на части; без прирезей шкуры, промытое
Сердце говяжье, свиное, баранье	Без наружных кровеносных сосудов и пленок, имеет продольный и поперечный разрезы, промытое от сгустков крови
Рубцы говяжьи, бараньи	Разрезанные, обезжиренные, без темных пятен, очищенные от слизистой оболочки. Цвет – бело-желтый, с розовым или сероватым оттенком
Мясо-костные хвосты говяжьи	Без прирезей шкуры и волоса. Тщательно промытые и очищенные от загрязнений
Легкие говяжьи, свиные, бараньи	Промытые от слизи и крови. Цвет – от светло- до темно-розового с серым оттенком
Ноги свиные	Без щетины и роговых башмаков, цвет – светло-коричневый или желтоватый

1	2
Ноги и путовый сустав говяжьи	Без роговых башмаков и волоса, цвет – желтоватый или коричневатый
Уши говяжьи, свиные	Без волоса и щетины, разрезанные у основания; цвет – сероватый, желтовато-коричневый, коричневый
Губы говяжьи	Без волоса, цвет – сероватый, желтоватый. коричневый

[1] Головы свиные могут поступать с ушами, головы бараньи – без шкуры.

На предприятия общественного питания субпродукты поступают охлажденными или морожеными. Мороженые субпродукты размораживают на воздухе в мясном цехе при температуре 15–18 °С, укладывая их в один ряд на противень или в другую посуду. Мозги, почки и рубцы можно размораживать в воде.

Размороженные субпродукты обрабатывают.

Головы говяжьи, свиные, бараньи как правило, поступают обработанными. Их замачивают в холодной воде, очищают ножом шкуру, а затем срезают мякоть вместе со шкурой.

У голов, поступивших с языками и мозгами, сначала вырезают языки, затем срезают мякоть со шкурой, после чего вырезают мозги. Для этого аккуратно срубают секачом лобную часть. Если головы поступают без шкуры, но с губами, то губы срезают и опаливают.

Мозги замачивают в холодной воде и выдерживают в течение 1–2 ч, чтобы набухла пленка. После этого, не вынимая мозгов из воды, осторожно отделяют пленку.

Печень промывают в холодной воде и снимают пленку. У печени вырезают внутренние кровеносные сосуды.

Почки говяжьи замачивают в воде и выдерживают в течение 2–3 ч. Бараньи, свиные и телячьи почки не вымачивают.

Рубцы перед использованием тщательно вымачивают в холодной воде, периодически меняя воду, затем ошпаривают кипятком, каждый раз сливая воду, и вновь промывают холодной водой.

Таблица 18

Расчет расхода субпродуктов, колбасных изделий и свинокопченостей, выхода полуфабрикатов и готовых изделий

Наименование сырья и продуктов, термическое состояние, способы промышленной и кулинарной разделки	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Выход готового изделия, г
1	2	3	4	5	6	7
Субпродукты						
Голова говяжья[1]	Варка	100	—	100	75[2]	25
»	»	140	—	140	75[2]	35
»	»	200	—	200	75[2]	50
»	»	300	—	300	75[2]	75
»	»	400	—	400	75[2]	100
»	»	500	—	500	75[2]	125
То же (мелкими кусками)	Тушение	253	68	81	38	50
То же	»	378	68	121	38	75
»	»	503	68	161	38	100
Голова свиная (без мозгов)	Варка	57	2	56	55[2]	25

1	2	3	4	5	6	7
Голова свиная (без мозгов)	Варка	80	2	78	55^2	35
»	»	113	2	111	55^2	50
»	»	170	2	167	55^2	75
»	»	227	2	222	55^2	100
»	»	284	2	278	55^2	125
Голова баранья (без языка и мозгов)[3]	Варка	143	—	143	65^2	50
То же	»	214	—	214	65^2	75
»	»	286	—	286	65^2	100
Путовый сустав говяжий	Варка	147	—	147	66^2	50
То же	»	221	—	221	66^2	75
»	»	294	—	294	66^2	100
Ноги свиные	Варка	110	—	110	$11+49^4$	50
То же	»	165	—	165	$11+49^4$	75
»	»	220	—	220	$11+49^4$	100
Ноги бараньи	Варка	119	—	119	58^2	50
То же	»	179	—	179	58^2	75
»	»	238	—	238	58^2	100
Мозги охлажденные	Варка	54	13	47	25	35
То же	»	77	13	67	25	50
»	»	115	13	100	25	75
»	»	153	13	133	25	100
»	Жаренье	78	$13+25^5$	$51/54^6$	8	50
»	»	120	$13+25^5$	78/82	8	75
»	»	159	$13+25^5$	104/109	8	100
Мозги охлажденные	Жаренье во фритюре	63	$13+25^5$	41/54	8	50
»	То же	98	$13+25^5$	64/82	8	75
»	»	126	$13+25^5$	82/109	8	100
Мозги мороженые	Варка	84	20	67	25	50
»	»	125	20	100	25	75
»	»	166	20	133	25	100
»	Жаренье	85	$20+25^5$	51/54	8	50
»	»	130	$20+25^5$	78/82	8	75
»	»	173	$20+25^5$	104/109	8	100
»	Жаренье во фритюре	68	$20+25^5$	41/54	8	50
»	То же	107	$20+25^5$	64/82	8	75
»	»	137	$20+25^5$	82/109	8	100
Языки говяжьи охлажденные	Варка	32	—	32	$27+14^7$	20
То же	»	40	—	40	$27+14^7$	25
»	»	48	—	48	$27+14^7$	30
»	»	56	—	56	$27+14^7$	35
»	»	64	—	64	$27+14^7$	40
»	»	80	—	80	$27+14^7$	50
»	»	96	—	96	$27+14^7$	60
»	»	119	—	119	$27+14^7$	75
»	»	159	—	159	$27+14^7$	100
Языки говяжьи мороженые	Варка	34	—	34	$31+14^7$	20
То же	»	42	—	42	$31+14^7$	25
»	»	51	—	51	$31+14^7$	30
»	»	59	—	59	$31+14^7$	35
»	»	67	—	67	$31+14^7$	40
»	»	84	—	84	$31+14^7$	50
»	»	101	—	101	$31+14^7$	60
»	»	126	—	126	$31+14^7$	75
»	»	169	—	169	$31+14^7$	100
Языки свиные и телячьи охлажденные	Варка	32	—	32	$29+12^7$	20

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Языки свиные и телячьи охлажденные	Варка	40	—	40	29+12[7]	25
»	»	48	—	48	29+12[7]	30
»	»	56	—	56	29+12[7]	35
»	»	64	—	64	29+12[7]	40
»	»	80	—	80	29+12[7]	50
»	»	96	—	96	29+12[7]	60
»	»	120	—	120	29+12[7]	75
»	»	160	—	160	29+12[7]	100
Языки свиные и телячьи мороженые	Варка	34	—	34	33+12[7]	20
То же	»	42	—	42	33+12[7]	25
»	»	51	—	51	33+12[7]	30
»	»	59	—	59	33+12[7]	35
»	»	68	—	68	33+12[7]	40
»	»	85	—	85	33+12[7]	50
»	»	102	—	102	33+12[7]	60
»	»	127	—	127	33+12[7]	75
»	»	170	—	170	33+12[7]	100
Языки бараньи охлажденные	Варка	37	—	37	35+17[7]	20
То же	»	46	—	46	35+17[7]	25
»	»	56	—	56	35+17[7]	30
»	»	65	—	65	35+17[7]	35
»	»	74	—	74	35+17[7]	40
»	»	93	—	93	35+17[7]	50
»	»	111	—	111	35+17[7]	60
»	»	139	—	139	35+17[7]	75
»	»	185	—	185	35+17[7]	100
Языки бараньи мороженые	Варка	38	—	38	37+17[7]	20
То же	»	48	—	48	37+17[7]	25
»	»	57	—	57	37+17[7]	30
»	»	67	—	67	37+17[7]	35
»	»	76	—	76	37+17[7]	40
»	»	96	—	96	37+17[7]	50
»	»	115	—	115	37+17[7]	60
»	»	143	—	143	37+17[7]	75
»	»	191	—	191	37+17[7]	100
Почки говяжьи охлажденные	Варка	30	7	28	47	15
То же	»	41	7	38	47	20
»	»	51	7	47	47	25
»	»	71	7	66	47	35
»	»	101	7	94	47	50
»	»	153	7	142	47	75
»	»	203	7	189	47	100
»	Жаренье	101	7	94	47	50
»	»	153	7	142	47	75
»	»	203	7	189	47	100
Почки говяжьи мороженые	Варка	36	14	31	52	15
То же	»	49	14	42	52	20
»	»	60	14	52	52	25
»	»	85	14	73	52	35
»	»	121	14	104	52	50
»	»	181	14	156	52	75
»	»	242	14	208	52	100
»	Жаренье	121	14	104	52	50
»	»	181	14	156	52	75
»	»	242	14	208	52	100
Почки свиные, бараньи, телячьи охлажденные	Варка	29	2	28	47	15
То же	»	39	2	38	47	20
»	»	48	2	47	47	25

1	2	3	4	5	6	7
Почки свиные, бараньи, телячьи охлажденные	Варка	67	2	66	47	35
»	»	96	2	94	47	50
»	»	145	2	142	47	75
»	»	193	2	189	47	100
»	Жаренье	85	2	83	40	50
»	»	128	2	125	40	75
»	»	170	2	167	40	100
То же (целиком, в сухарях)	Жаренье	122	2	120/143	30	100
То же	»	153	2	150/179	30	125
Почки свиные, бараньи, телячьи мороженые	Варка	34	10	31	52	15
То же	»	47	10	42	52	20
»	»	58	10	52	52	25
»	»	81	10	73	52	35
»	»	116	10	104	52	50
»	»	173	10	156	52	75
»	»	231	10	208	52	100
»	Жаренье	101	10	91	45	50
»	»	151	10	136	45	75
»	»	202	10	182	45	100
То же (целиком, в сухарях)	Жаренье	160	10	144/167	40	100
То же	»	199	10	179/208	40	125
Печень говяжья охлажденная, мелкими кусками	Тушение и жаренье	74	7	69	28	50
То же	То же	112	7	104	28	75
»	»	149	7	139	28	100
порционными кусками	Тушение и жаренье	71	7	66/69	28	50
»	То же	106	7	99/104	28	75
»	»	143	7	133/139	28	100
Печень говяжья мороженая, мелкими кусками	Тушение и жаренье	89	17	74	32	50
То же	То же	133	17	110	32	75
»	»	177	17	147	32	100
порционными кусками	Тушение и жаренье	86	17	71/74	32	50
»	То же	127	17	105/110	32	75
»	»	170	17	141/147	32	100
Печень свиная, баранья, телячья охлажденная, мелкими кусками	Тушение и жаренье	72	5	68	27	50
То же	То же	108	5	103	27	75
»	»	144	5	137	27	100
порционными кусками	Тушение и жаренье	68	5	65/68	27	50
»	То же	103	5	98/103	27	75
»	»	138	5	131/137	27	100
Печень свиная, баранья, телячья мороженая, мелкими кусками	Тушение и жаренье	84	12	74	32	50

1	2	3	4	5	6	7
Печень свиная, баранья, телячья мороженая, мелкими кусками	Тушение и жаренье	125	12	110	32	75
»	»	167	12	147	32	100
порционными кусками	»	81	12	71/74	32	50
»	То же	119	12	105/110	32	75
»	»	160	12	141/147	32	100
Сердце охлажденное	Варка и тушение	48	9	44	43	25
»	То же	67	9	61	43	35
»	»	97	9	88	43	50
»	»	145	9	132	43	75
»	»	192	9	175	43	100
Сердце охлажденное	Жаренье во фритюре	79	9+43[5]	41/54	8	50
»	То же	123	9+43[5]	64/82	8	75
»	»	158	9+43[5]	82/109	8	100
Сердце мороженое	Варка и тушение	49	15	42	40	25
»	То же	68	15	58	40	35
»	»	98	15	83	40	50
»	»	147	15	125	40	75
»	»	196	15	167	40	100
Сердце мороженое	Жаренье во фритюре	80	15+40[5]	41/54	8	50
»	То же	125	15+40[5]	64/82	8	75
»	»	161	15+40[5]	82/109	8	100
Легкие	Варка	38	8	35	28	25
»	»	75	8	69	28	50
»	»	113	8	104	28	75
»	»	151	8	139	28	100
»	Тушение	84	8	77	35	50
»	»	125	8	115	35	75
»	»	167	8	154	35	100
Вымя говяжье охлажденное	Варка	36	—	36	45	20
То же	»	45	—	45	45	25
»	»	64	—	64	45	35
»	»	91	—	91	45	50
»	»	136	—	136	45	75
»	»	182	—	182	45	100
Рубцы	Варка	47	5	45	45	25
»	»	96	5	91	45	50
»	»	143	5	136	45	75
»	»	192	5	182	45	100
Губы говяжьи	Варка	143	—	143	30	100
Уши	Варка	111	—	111	10	100
Хвосты говяжьи	Варка	89	20	71	30	50
»	»	134	20	107	30	75
»	»	179	20	143	30	100
Колбасные изделия и свинокопчености						
Сосиски (молочные, любительские, свиные, русские говяжьи, бараньи)	Варка	21	2,5	20	—	20
То же	»	26	2,5	25	—	25
»	»	31	2,5	30	—	30

1	2	3	4	5	6	7
Сосиски (молочные, любительские, свиные, русские, говяжьи, бараньи)	Варка	41	2,5	40	—	40
»	»	51	2,5	50	—	50
»	»	77	2,5	75	—	75
»	»	103	2,5	100	—	100
»	Жаренье	57	2,5	56	10	50
»	»	85	2,5	83	10	75
»	»	114	2,5	111	10	100
Сардельки (говяжьи, свиные)	Варка	21	2,5	20	—	20
То же	»	26	2,5	25	—	25
»	»	31	2,5	30	—	30
»	»	41	2,5	40	—	40
»	»	51	2,5	50	—	50
»	»	77	2,5	75	—	75
»	»	103	2,5	100	—	100
То же (целиком)	Жаренье	55	2,5	54	8	50
»	»	84	2,5	82	8	75
»	»	112	2,5	109	8	100
То же (разрезанные вдоль)	Жаренье	61	2,5	59	15	50
»	»	90	2,5	88	15	75
»	»	121	2,5	118	15	100
Колбаса вареная	Варка	21	3	20	—	20
»	»	26	3	25	—	25
»	»	52	3	50	—	50
»	»	77	3	75	—	75
»	»	103	3	100	—	100
Колбаса вареная	Жаренье	58	3	56	10	50
»	»	86	3	83	10	75
»	»	114	3	111	10	100
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	В отварном виде	26	24	20	—	20
То же	То же	33	24	25	—	25
»	»	46	24	35	—	35
»	»	66	24	50	—	50
»	»	99	24	75	—	75
»	»	132	24	100	—	100
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	Жаренье	74	24	56	10	50
То же	»	109	24	83	10	75
»	»	146	24	111	10	100
Окорок копчено-вареный и вареный (без шкуры с костями) тамбовский	В отварном виде	25	20	20	—	20
То же	То же	31	20	25	—	25
»	»	44	20	35	—	35
»	»	63	20	50	—	50
»	»	94	20	75	—	75
»	»	125	20	100	—	100
Окорок копчено-вареный и вареный (без шкуры с костями) тамбовский	Жаренье	70	20	56	10	50
То же	»	104	20	83	10	75
»	»	139	20	111	10	100

1	2	3	4	5	6	7
Окорок сырокопченый (со шкурой и костями) сибирский, советский, тамбовский, воронежский, лопатка	Варка	31	—	31	$15 + 24^8$	20
То же	»	39	—	39	$15 + 24^8$	25
»	»	54	—	54	$15 + 24^8$	35
»	»	77	—	77	$15 + 24^8$	50
Окорок сырокопченый (со шкурой и костями) сибирский, советский, тамбовский, воронежский, лопатка	Варка	116	—	116	$15 + 24^8$	75
То же	»	155	—	155	$15 + 24^8$	100
Рулет копчено-вареный (со шкурой и костями) ленинградский, ростовский	В отварном виде	23	12	20	—	20
То же	То же	28	12	25	—	25
»	»	40	12	35	—	35
»	»	57	12	50	—	50
»	»	85	12	75	—	75
»	»	114	12	100	—	100
Рулет копчено-вареный (со шкурой и костями) ленинградский, ростовский	Жаренье	64	12	56	10	50
То же	»	94	12	83	10	75
»	»	126	12	111	10	100
Рулет вареный (со шкурой, без костей) ленинградский, ростовский	В отварном виде	22	8	20	—	20
То же	То же	27	8	25	—	25
»	»	38	8	35	—	35
»	»	54	8	50	—	50
Рулет вареный (со шкурой, без костей) ленинградский, ростовский	В отварном виде	82	8	75	—	75
То же	То же	109	8	100	—	100
Рулет вареный (со шкурой, без костей) ленинградский, ростовский	Жаренье	61	8	56	10	50
То же	»	90	8	83	10	75
»	»	121	8	111	10	100
Корейка копченая (со шкурой, без костей)	Варка	23	—	23	$5 + 7^8$	20
То же	»	28	—	28	$5 + 7^8$	25
»	»	40	—	40	$5 + 7^8$	35
»	»	57	—	57	$5 + 7^8$	50
»	»	85	—	85	$5 + 7^8$	75
»	»	113	—	113	$5 + 7^8$	100
Корейка копченая (без шкуры и костей)	Варка	26	—	26	$5 + 20^8$	20
То же	»	33	—	33	$5 + 20^8$	25
»	»	46	—	46	$5 + 20^8$	35
»	»	66	—	66	$5 + 20^8$	50
»	»	99	—	99	$5 + 20^8$	75
»	»	132	—	132	$5 + 20^8$	100
Грудинка копченая (со шкурой, без костей)	Варка	23	—	23	$5 + 8^8$	20
То же	»	29	—	29	$5 + 8^8$	25
»	»	40	—	40	$5 + 8^8$	35
»	»	57	—	57	$5 + 8^8$	50
»	»	86	—	86	$5 + 8^8$	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Грудинка копченая (со шкурой, без костей)	Варка	114	—	114	5 + 8[8]	100
Грудинка копченая (без шкуры и костей)	Варка	27	—	27	5 + 22[8]	20
То же	»	34	—	34	5 + 22[8]	25
»	»	47	—	47	5 + 22[8]	35
»	»	67	—	67	5 + 22[8]	50
»	»	101	—	101	5 + 22[8]	75
»	»	135	—	135	5 + 22[8]	100
Бекон соленый (с костью)	Варка	24	—	24	5 + 13[8]	20
То же	»	30	—	30	5 + 13[8]	25
»	»	42	—	42	5 + 13[8]	35
»	»	60	—	60	5 + 13[8]	50
»	»	91	—	91	5 + 13[8]	75
»	»	121	—	121	5 + 13[8]	100

[1]Головы, поступающие без губ и щековины, учитывать как кости.
[2]Потери при тепловой обработке и отходы и потери при разделке на мякоть после варки.
[3]При поступлении голов с языками последние составляют 6–7% массы брутто.
[4]11%–потери при тепловой обработке, 49%–отходы и потери при разделке на мякоть после варки.
[5]13, 20, 9, 15%–отходы и потери при холодной обработке, 25, 43, 40%–потери при варке.
[6]Здесь и далее числитель–масса сырья нетто, знаменатель–масса полуфабриката; дополнительные продукты, расходуемые для изготовления полуфабрикатов, см. в соответствующих рецептурах Сборника.
[7]27, 31, 29, 33, 35, 37%–потери при варке, 14, 12, 17%–отходы и потери при зачистке.
[8]15 и 5%–потери при варке, 24, 20, 22, 13%–отходы и потери при разделке на шкуру, кости и порционировании, отнесенные к массе вареных продуктов; 7–8%–отходы на кости, отнесенные к массе вареных продуктов, а также потери при нарезке.

Примечание. При тепловой обработке субпродуктов мелкими и порционными кусками потери при нарезке включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке, при тепловой обработке субпродуктов целиком потери при нарезке включены в потери при тепловой обработке.

К отходам и потерям при холодной обработке относятся: у колбасных изделий–оболочка, зачистка; у сосисок и сарделек–искусственная оболочка, зачистка наплывов, сломанные батончики и другие дефекты; у копченостей, окороков, рулетов–шкура, кости с прилегающими сухожилиями, зачистка заветрившейся и подсохшей поверхности корочки. Потери при нарезке колбасных изделий и свинокопченостей включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке.

Таблица 19

Нормы выхода топленых жиров

(в % к массе жира-сырца)

Наименование жира	Выход топленого жира	Выход шкварок	Потери при перетапливании
Говяжий, бараний жир	75	8–10	17–15
Свиной жир	80	7–9	13–11
Куриный жир (внутренний)	86	6	8
Гусиный, утиный жир (внутренний)	80	7–9	13–11

Примечание. Норма выхода топленого куриного жира определена с учетом предварительного измельчения на мясорубке; в потери при перетапливании включены потери при измельчении на мясорубке.

СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ ПТИЦА

Сельскохозяйственная птица поступает на предприятия общественного питания битой без пера в охлажденном и мороженом состоянии по ГОСТ 21784–76.

Промышленность выпускает птицу в полупотрошеном или потрошеном виде. По упитанности и качеству обработки она подразделяется на I и II категории.

Птицу, поступившую на предприятия в охлажденном виде, используют без предварительной подготовки, а мороженую размораживают. Размораживание производят в охлаждаемом помещении с температурой 8–15°C и относительной влажностью воздуха 85–95% в течение 10–20 ч.

Тушки укладывают на стеллажи в один ряд так, чтобы они не соприкасались между собой, или развешивают на вешалах. Размораживание производят до достижения температуры в толще мышц 1 °С.

Для удаления с кожи тушек остатков волосовидного пера или пуха их опаливают. Для этого тушки навешивают за клюв на специальные вешала, расправляют и тщательно опаливают со всех сторон, при этом крылья и ноги оттягивают от туловища. Оставшиеся пеньки удаляют с помощью пинцета. Затем тушки птицы потрошат, моют, формуют и разделывают.

У птицы, поступающей от промышленности в полупотрошеном виде, удаляют голову, шею, ноги, внутренние органы – желудок, печень, легкие, сердце, пищевод, почки и внутренний жир.

Голову отрубают между вторым и третьим шейными позвонками. Перед удалением шеи на ней делают вертикальный надрез кожи у основания со стороны спины, кожу оттягивают, высвобождают шею и затем ее удаляют на уровне плечевых суставов, при этом кожу шеи оставляют при тушке. При дальнейшей формовке тушки отделяют две трети части кожи шеи.

У тушек цыплят оставляют всю кожу шеи при тушке. Ноги отрубают по заплюсневый сустав. Крылья у птицы, за исключением цыплят, отделяют по локтевой сустав. При потрошении через прорезь у анального отверстия удаляют внутренности и внутренний жир. Через горловое отверстие удаляют зоб вместе с пищеводом и трахею.

У птицы, поступающей от промышленности в потрошеном виде, отделяют две трети части кожи шеи, крылья по локтевой сустав (за исключением цыплят), внутренний жир, почки и легкие (если они имеются).

Затем птицу промывают холодной проточной водой, удаляя при этом загрязнения, сгустки крови, остатки внутренностей.

Для равномерного прожаривания и удобства дальнейшего порционирования тушки птицы формуют, т. е. придают им более компактную форму. Для этого оставшуюся часть кожи шеи заправляют в отверстие, образовавшееся после удаления зоба с пищеводом и трахеи. Крылья у цыплят подвертывают к спине.

Затем тушку кладут на спину, копчиком к себе, производят разрез стенки брюшной полости ниже киля грудной кости с обеих сторон и в образовавшиеся разрезы вправляют заплюсневые суставы окорочков.

Ниже приводятся нормы выхода тушек, подготовленных к кулинарной обработке, нормы отходов и потерь при холодной и тепловой обработках птицы. Они даны по видам птицы, категориям и видам промышленной обработки. В установленных нормах к пищевым обработанным субпродуктам отнесены головы, ноги, шеи, крылья, сердца, печень, желудки.

Таблица 20

Нормы выхода тушки, отходов и пищевых обработанных субпродуктов при холодной обработке сельскохозяйственной птицы

(в % к птице массой брутто)

Наименование птицы и способ промышленной обработки	I категория					II категория				
	Выход тушки, подготовленной к кулинарной обработке	Всего субпродуктов, отходов и потерь	В том числе: пищевые обработанные субпродукты, в том числе кожа шеи[1]	внутренний жир	технические отходы и потери	Выход тушки, подготовленной к кулинарной обработке	Всего субпродуктов, отходов и потерь	В том числе: пищевые обработанные субпродукты, в том числе кожа шеи[1]	внутренний жир	технические отходы и потери
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Куры:										
полупотрошеные	69,9	30,1	17,4	3,9	8,8	68,9	31,1	20,9	1,5	8,7
потрошеные	88,9	11,1	6,1	5,0	—	91,1	8,9	6,9	2,0	—
Цыплята:										
полупотрошеные	71,8	28,2*	17,5*	1,7	9,0	70,0	30,0*	19,9*	0,9	9,2
потрошеные	97,6	2,4*	—	2,4	—	98,7	1,3*	—	1,3	—
Бройлеры-цыплята:										
полупотрошеные	73,9	26,1*	14,9*	1,1	10,1	71,9	28,1*	15,7*	0,8	11,6
Индейки:										
полупотрошеные	74,1	25,9	18,5	1,4	6,0	73,5	26,5	19,5	0,6	6,4
потрошеные	91,8	8,2	6,5	1,7	—	92,6	7,4	6,6	0,8	—
Гуси:										
полупотрошеные	70,0	30,0	23,0	—	7,0	66,0	34,0	27,0	—	7,0
потрошеные	88,0	12,0	9,0	—	3,0	85,0	15,0	10,0	—	5,0

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Утки:										
полупотрошеные	66,6	33,4	23,1	1,4	8,9	64,7	35,3	25,9	1,1	8,3
потрошеные	90,4	9,6	7,6	2,0	—	90,3	9,7	8,1	1,6	—

[1] См. ОСТ 49138–79; ОСТ 28.7–79; ОСТ 28.8–79; ОСТ 28.9–79.

* В пищевые обработанные субпродукты у цыплят и бройлеров-цыплят не включена кожа шеи, так как она остается при тушке.

При поступлении от промышленности потрошеных тушек птицы с почками и легкими технические отходы составляют: для кур – 1,7 и 1,4%, для индеек – 1,0 и 1,9%, для уток – 2,2 и 2,4%, для цыплят – 1,6 и 1,7% соответственно для I и II категорий, а норма выхода тушки, подготовленной к кулинарной обработке, уменьшается на указанный процент отходов в зависимости от вида птицы.

Таблица 21

Нормы выхода мякоти при холодной обработке сельскохозяйственной птицы

(в % к птице массой брутто)

Наименование птицы и способ промышленной обработки	I категория		II категория	
	мякоть с кожей	мякоть без кожи	мякоть с кожей	мякоть без кожи
Куры:				
полупотрошеные	47	34	48	36
потрошеные	60	43	62	46
Индейки:				
полупотрошеные	56	47	49	41
потрошеные	70	59	62	52
Бройлеры-цыплята:				
полупотрошеные	43	32	41	31
Гуси:				
полупотрошеные	58	50	51	43
потрошеные	67	57	61	51
Утки:				
полупотрошеные	46	21	41	19
потрошеные	64	29	57	28

Примечание. Масса зачищенных филе кур составляет 30–35% к общей массе мякоти.

Таблица 22

Структура пищевых обработанных субпродуктов тушек полупотрошеной птицы

Субпродукты	Норма выхода в % к общей массе субпродуктов											
	Куры		Цыплята		Утки		Индейки		Гуси		Бройлеры-цыплята	
	I кат.	II кат.	I кат.	II кат.	I кат.	II кат.	I кат.	II кат.	I кат.	II кат.	I кат.	II кат.
Головы	20	20	22	22	15	17	11	13	15	15	21	21
Ноги	18	18	28	28	13	11	16	17	9	17	27	28
Шеи	16	17	18	17	20	23	21	22	21	19	15	13
Крылья	22	22	—	—	18	17	24	23	29	23	—	—
Сердца	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	6
Печень	10	9	12	13	13	11	10	9	8	9	16	18
Желудки	11	11	16	17	18	18	15	13	16	15	17	14

Таблица 23

РАСЧЕТ

расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из птицы сельскохозяйственной

Наименование продуктов, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г		Масса нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	Отходы при обвалке и при порционировании, % к массе птицы после тепловой обработки	Масса готового изделия, г
		I категория	II категория				
1	2	3	4	5	6	7	8
Куры полупотрошеные							
Целиком	Варка	199	202	139	28	—	100
»	»	52	52	36	28	3[1]	25
»	»	103	104	72	28	3[1]	50
»	»	153	155	107	28	3[1]	75
»	»	205	208	143	28	3[1]	100
»	»	256	260	179	28	3[1]	125
»	»	217	221	152	28	6[2] + 3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	94	96	66	28	47[3]	25
То же	»	113	115	79	28	47[3]	30
»	»	187	190	131	28	47[3]	50
»	»	225	228	157	28	47[3]	60
»	»	282	286	197	28	47[3]	75
»	»	375	380	262	28	47[3]	100
Целиком	Жаренье	207	210	145	31	—	100
»	»	107	109	75	31	3[1]	50
»	»	160	163	112	31	3[1]	75
»	»	213	216	149	31	3[1]	100
»	»	268	271	187	31	3[1]	125
»	»	227	231	159	31	6[2] + 3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	104	106	72	31	—	50
То же	»	158	160	109	31	—	75
»	»	210	213	145	31	—	100
»	»	262	265	181	31	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	131	133	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	176	179	86/109[6]	8	—	100
»	»	217	220	106/136[6]	8	—	125
Филе натуральное[7]	Жаренье	203	192	69	28	—	50
»	»	306	289	104	28	—	75
Котлеты по-киевски[7]	Жаренье во фритюре	244	231	83 + 7[6] / 145 + 7	12	—	128+7
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью[7]	Жаренье в фритюре	244	231	83 + 7[6] / 151 + 7	12	—	133+7

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Филе панированное[7]	Жаренье	203	192	69/85[6]	12	—	75
»	»	276	261	94/114[6]	12	—	100
Филе натуральное[7]	Припускание	200	189	68	27	—	50
»	»	303	286	103	27	—	75
»	»	403	381	137	27	—	100
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты[8]	Жаренье	79	77	37/63[6]	20	—	50
»	»	119	117	56/94[6]	20	—	75
»	»	157	154	74/125[6]	20	—	100
»	»	236	231	111/188[6]	20	—	150
Котлеты[9]	Жаренье	109	103	37/63[6]	20	—	50
»	»	165	156	56/94[6]	20	—	75
»	»	218	206	74/125[6]	20	—	100
»	»	326	308	111/188[6]	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами[9]	Жаренье	109	103	37/75[6]	20	—	60
То же	»	218	206	74/150[6]	20	—	120
»	»	326	308	111/225[6]	20	—	180
Биточки припущенные (паровые)[9]	Припускание	109	103	37/57[6]	12	—	50
То же	»	218	206	74/114[6]	12	—	100
»	»	326	308	111/170[6]	12	—	150
Куры потрошеные							
Целиком	Варка	156	153	139	28	—	100
»	»	40	40	36	28	3[1]	25
»	»	81	79	72	28	3[1]	50
»	»	120	117	107	28	3[1]	75
»	»	161	157	143	28	3[1]	100
»	»	201	196	179	28	3[1]	125
»	»	171	167	152	28	6[2] + 3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	74	72	66	28	47[3]	25
То же	»	89	87	79	28	47[3]	30
»	»	147	144	131	28	47[3]	50
»	»	177	172	157	28	47[3]	60
»	»	222	216	197	28	47[3]	75
»	»	295	288	262	28	47[3]	100
Целиком	Жаренье	163	159	145	31	—	100
»	»	84	82	75	31	3[1]	50
»	»	126	123	112	31	3[1]	75
»	»	168	164	149	31	3[1]	100
»	»	210	205	187	31	3[1]	125
»	»	179	175	159	31	6[2] + 3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	82	80	72	31	—	50
То же	»	124	121	109	31	—	75
»	»	165	161	145	31	—	100
»	»	206	201	181	31	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	103	101	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	139	135	86/109[6]	8	—	100
»	»	171	167	106/136[6]	8	—	125
Филе натуральное[7]	Жаренье	160	150	69	28	—	50
»	»	242	226	104	28	—	75
Котлеты по-киевски[7]	Жаренье во фритюре	193	180	(83 + 7[6])/(145 + 7)	12	—	128 + 7

1	2	3	4	5	6	7	8
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью[7]	Жаренье во фритюре	193	180	(83 + 7[6]) / (151 + 7)	12	—	133+7
Филе панированное[7]	Жаренье	160	150	69/85[6]	12	—	75
»	»	219	204	94/114[6]	12	—	100
Филе натуральное[7]	Припускание	158	148	68	27	—	50
»	»	240	224	103	27	—	75
»	»	319	298	137	27	—	100
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты[8]	Жаренье	62	60	37/63[6]	20	—	50
»	»	93	90	56/94[6]	20	—	75
»	»	123	119	74/125[6]	20	—	100
»	»	185	179	111/188[6]	20	—	150
Котлеты[9]	Жаренье	86	80	37/63[6]	20	—	50
»	»	130	122	56/94[6]	20	—	75
»	»	172	161	74/125[6]	20	—	100
»	»	258	241	111/188[6]	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами[9]	Жаренье	86	80	37/75[6]	20	—	60
То же	»	172	161	74/150[6]	20	—	120
»	»	258	241	111/225[6]	20	—	180
Биточки припущенные (паровые)[9]	Припускание	86	80	37/57[6]	12	—	50
То же	»	172	161	74/114[6]	12	—	100
»	»	258	241	111/170[6]	12	—	150
Цыплята полупотрошеные							
Целиком	Варка, припускание	174	179	125	20	—	100
»	То же	45	46	32	20	3[1]	25
»	»	89	91	64	20	3[1]	50
»	»	135	139	97	20	3[1]	75
»	»	180	184	129	20	3[1]	100
»	»	224	230	161	20	3[1]	125
Целиком	Жаренье	202	207	145	31	—	100
»	»	104	107	75	31	3[1]	50
»	»	156	160	112	31	3[1]	75
»	»	208	213	149	31	3[1]	100
»	»	260	267	187	31	3[1]	125
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	101	104	72	31	—	50
То же	»	153	157	109	31	—	75
»	»	204	209	145	31	—	100
»	»	255	261	181	31	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	115	118	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	154	158	86/109[6]	8	—	100
»	»	190	195	106/136[6]	8	—	125
Цыплята потрошеные							
Целиком	Варка, припускание	128	127	125	20	—	100
»	То же	33	32	32	20	3[1]	25
»	»	66	65	64	20	3[1]	50
»	»	99	98	97	20	3[1]	75
»	»	132	131	129	20	3[1]	100
»	»	165	163	161	20	3[1]	125
Целиком	Жаренье	149	147	145	31	—	100
»	»	77	76	75	31	3[1]	50

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком	Жаренье	115	113	112	31	3[1]	75
»	»	153	151	149	31	3[1]	100
»	»	192	189	187	31	3[1]	125
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	75	74	72	31	—	50
То же	»	113	112	109	31	—	75
»	»	150	148	145	31	—	100
»	»	187	185	181	31	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	85	84	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	114	112	86/109[6]	8	—	100
»	»	140	138	106/136[6]	8	—	125
Бройлеры-цыплята полупотрошеные							
Целиком	Варка	165	170	122	18	—	100
»	»	42	43	31	18	3[1]	25
»	»	85	88	63	18	3[1]	50
»	»	127	131	94	18	3[1]	75
»	»	171	175	126	18	3[1]	100
»	»	212	218	157	18	3[1]	125
»	»	181	186	134	18	6[2] + 3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	78	90	58/65[10]	18	47/53[3]	25
То же	»	93	108	69/78[10]	18	47/53[3]	30
»	»	156	181	115/130[10]	18	47/53[3]	50
»	»	187	217	138/156[10]	18	47/53[3]	60
»	»	234	271	173/195[10]	18	47/53[3]	75
»	»	311	360	230/259[10]	18	47/53[3]	100
Целиком	Жаренье	185	191	137	27	—	100
»	»	96	99	71	27	3[1]	50
»	»	143	147	106	27	3[1]	75
»	»	191	196	141	27	3[1]	100
»	»	240	246	177	27	3[1]	125
»	»	203	209	150	27	6[2] + 3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	93	96	68	27	—	50
То же	»	141	145	103	27	—	75
»	»	187	192	137	27	—	100
»	»	234	240	171	27	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	109	112	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	146	150	86/109[6]	8	—	100
»	»	180	185	106/136[6]	8	—	125
Филе натуральное[7]	Жаренье	216	223	69	28	—	50
»	»	325	335	104	28	—	75
Филе панированное[7]	Жаренье	216	223	69/85[6]	12	—	75
»	»	294	303	94/114[6]	12	—	100
Филе натуральное[7]	Припускание	213	219	68	27	—	50
»	»	322	332	103	27	—	75
»	»	428	442	137	27	—	100

1	2	3	4	5	6	7	8
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты[8]	Жаренье	81	85	35/59[6]	15	—	50
»	»	121	127	52/88[6]	15	—	75
»	»	160	168	69/118[6]	15	—	100
»	»	242	254	104/176[6]	15	—	150
Котлеты[9]	Жаренье	109	113	35/59[6]	15	—	50
»	»	163	168	52/88[6]	15	—	75
»	»	216	223	69/118[6]	15	—	100
»	»	325	335	104/176[6]	15	—	150
Индейки полупотрошеные							
Целиком	Варка	179	181	133	25	—	100
»	»	46	46	34	25	3[1]	25
»	»	93	94	69	25	3[1]	50
»	»	139	140	103	25	3[1]	75
»	»	185	186	137	25	3[1]	100
»	»	232	234	172	25	3[1]	125
»	»	201	203	149	25	8[2] + 3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	76	82	56/60[10]	25	40/44[3]	25
То же	»	90	97	67/71[10]	25	40/44[3]	30
»	»	150	162	111/119[10]	25	40/44[3]	50
»	»	179	195	133/143[10]	25	40/44[3]	60
»	»	225	244	167/179[10]	25	40/44[3]	75
»	»	300	324	222/238[10]	25	40/44[3]	100
Целиком	Жаренье	185	186	137	27	—	100
»	»	96	97	71	27	3[1]	50
»	»	143	144	106	27	3[1]	75
»	»	190	192	141	27	3[1]	100
»	»	239	241	177	27	3[1]	125
»	»	208	210	154	27	8[2] + 3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	93	93	68	27	—	50
То же	»	140	142	103	27	—	75
»	»	187	188	137	27	—	100
»	»	233	235	171	27	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	119	120	64/82	8	—	75
То же	То же	160	161	86/109	8	—	100
»	»	197	198	106/136	8	—	125
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты[8]	Жаренье	66	76	37/63[6]	20	—	50
»	»	100	114	56/94[6]	20	—	75
»	»	132	151	74/125[6]	20	—	100
»	»	198	227	111/188[6]	20	—	150
Котлеты[9]	Жаренье	79	90	37/63[6]	20	—	50
»	»	119	137	56/94[6]	20	—	75
»	»	157	180	74/125[6]	20	—	100
»	»	236	271	111/188[6]	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами[9]	Жаренье	79	90	37/75[6]	20	—	60
То же	»	157	180	74/150[6]	20	—	120
»	»	236	271	111/225[6]	20	—	180
Биточки припущенные (паровые)[9]	Припускание	79	90	37/57[6]	12	—	50
То же	»	157	180	74/114[6]	12	—	100
»	»	236	271	111/170[6]	12	—	150

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Индейки потрошеные							
Целиком	Варка	145	144	133	25	—	100
»	»	37	37	34	25	3[1]	25
»	»	75	75	69	25	3[1]	50
»	»	112	111	103	25	3[1]	75
»	»	149	148	137	25	3[1]	100
»	»	187	186	172	25	3[1]	125
»	»	162	161	149	25	8[2] + 3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	61	65	56/60[10]	25	40/44[3]	25
То же	»	73	77	67/71[10]	25	40/44[3]	30
»	»	121	129	111/119[10]	25	40/44[3]	50
»	»	145	154	133/143[10]	25	40/44[3]	60
»	»	182	193	167/179[10]	25	40/44[3]	75
»	»	242	257	222/238[10]	25	40/44[3]	100
Целиком	Жаренье	149	148	137	27	—	100
»	»	77	77	71	27	3[1]	50
»	»	115	114	106	27	3[1]	75
»	»	154	152	141	27	3[1]	100
»	»	193	191	177	27	3[1]	125
»	»	168	166	154	27	8[2] + 3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	75	74	68	27	—	50
То же	»	113	112	103	27	—	75
»	»	151	149	137	27	—	100
»	»	188	187	171	27	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	96	95	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	129	128	86/109[6]	8	—	100
»	»	159	157	106/136[6]	8	—	125
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты[8]	Жаренье	53	60	37/63[6]	20	—	50
»	»	80	90	56/94[6]	20	—	75
»	»	106	119	74/125[6]	20	—	100
»	»	159	179	111/188[6]	20	—	150
Котлеты[9]	Жаренье	63	71	37/63[6]	20	—	50
»	»	95	108	56/94[6]	20	—	75
»	»	125	142	74/125[6]	20	—	100
»	»	188	213	111/188[6]	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами[9]	Жаренье	63	71	37/75[6]	20	—	60
То же	»	125	142	74/150[6]	20	—	120
»	»	188	213	111/225[6]	20	—	180
Биточки припущенные (паровые)[9]	Припускание	63	71	37/57[6]	12	—	50
То же	»	125	142	74/114[6]	12	—	100
»	»	188	213	111/170[6]	12	—	150
Гуси полупотрошеные							
Целиком	Варка	190	202	133	25	—	100
»	»	49	52	34	25	3[1]	25
»	»	99	105	69	25	3[1]	50
»	»	147	156	103	25	3[1]	75
»	»	196	208	137	25	3[1]	100
»	»	246	261	172	25	3[1]	125

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком	Варка	213	226	149	25	8[2] + 3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	90	95	63	25	47[3]	25
То же	»	107	114	75	25	47[3]	30
»	»	180	191	126	25	47[3]	50
»	»	216	229	151	25	47[3]	60
»	»	270	286	189	25	47[3]	75
»	»	360	382	252	25	47[3]	100
Целиком	Жаренье	239	253	167	40	—	100
»	»	123	130	86	40	3[1]	50
»	»	184	195	129	40	3[1]	75
»	»	246	261	172	40	3[1]	100
»	»	307	326	215	40	3[1]	125
»	»	267	283	187	40	8[2] + 3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	120	127	83	40	—	50
То же	»	180	191	125	40	—	75
»	»	241	256	167	40	—	100
»	»	300	318	208	40		125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	126	133	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	169	179	86/109[6]	8	—	100
»	»	208	221	106/136[6]	8	—	125
Гуси потрошеные							
Целиком	Варка	151	156	133	25	—	100
»	»	39	40	34	25	3[1]	25
»	»	78	81	69	25	3[1]	50
»	»	117	121	103	25	3[1]	75
»	»	156	161	137	25	3[1]	100
»	»	195	202	172	25	3[1]	125
»	»	169	175	149	25	8[2] + 3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	72	74	63	25	47[3]	25
То же	»	85	88	75	25	47[3]	30
»	»	143	148	126	25	47[3]	50
»	»	172	178	151	25	47[3]	60
»	»	215	222	189	25	47[3]	75
»	»	286	296	252	25	47[3]	100
Целиком	Жаренье	190	196	167	40	—	100
»	»	98	101	86	40	3[1]	50
»	»	147	152	129	40	3[1]	75
»	»	195	202	172	40	3[1]	100
»	»	244	253	215	40	3[1]	125
»	»	213	220	187	40	8[2] + 3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	95	99	83	40	—	50
То же	»	143	149	125	40	—	75
»	»	192	198	167	40	—	100
»	»	239	247	208	40	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	100	103	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	134	139	86/109[6]	8	—	100
»	»	166	171	106/136[6]	8	—	125
Утки полупотрошеные							
Целиком	Варка	200	206	133	25	—	100
»	»	51	53	34	25	3[1]	25
»	»	104	107	69	25	3[1]	50

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком	Варка	155	159	103	25	3[1]	75
»	»	206	212	137	25	3[1]	100
»	»	258	266	172	25	3[1]	125
»	»	224	230	149	25	8[2] + 3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	125	131	83/85[10]	25	60/61[3]	25
То же	»	150	159	100/103[10]	25	60/61[3]	30
»	»	251	264	167/171[10]	25	60/61[3]	50
»	»	300	317	200/205[10]	25	60/61[3]	60
»	»	375	396	250/256[10]	25	60/61[3]	75
»	»	500	529	333/342[10]	25	60/61[3]	100
Целиком	Жаренье	231	238	154	35	—	100
»	»	119	122	79	35	3[1]	50
»	»	179	184	119	35	3[1]	75
»	»	239	246	159	35	3[1]	100
»	»	297	306	198	35	3[1]	125
»	»	258	266	172	35	8[2] + 3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	117	120	77	35	—	50
То же	»	174	180	115	35	—	75
»	»	234	240	154	35	—	100
»	»	291	300	192	35	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	132	136	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	177	183	86/109[6]	8	—	100
»	»	219	225	106/136[6]	8	—	125
Утки потрошеные							
Целиком	Варка	147	147	133	25	—	100
»	»	38	38	34	25	3[1]	25
»	»	76	76	69	25	3[1]	50
»	»	114	114	103	25	3[1]	75
»	»	152	152	137	25	3[1]	100
»	»	190	190	172	25	3[1]	125
»	»	165	165	149	25	8[2] + 3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	92	94	83/85[10]	25	60/61[3]	25
То же	»	111	114	100/103[10]	25	60/61[3]	30
»	»	185	189	167/171[10]	25	60/61[3]	50
»	»	221	227	200/205[10]	25	60/61[3]	60
»	»	277	283	250/256[10]	25	60/61[3]	75
»	»	368	379	333/342[10]	25	60/61[3]	100
Целиком	Жаренье	170	171	154	35	—	100
»	»	87	87	79	35	3[1]	50
»	»	132	132	119	35	3[1]	75
»	»	176	176	159	35	3[1]	100
»	»	219	219	198	35	3[1]	125
»	»	190	190	172	35	8[2] + 3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	86	86	77	35	—	50
То же	»	128	129	115	35	—	75
»	»	172	172	154	35	—	100
»	»	215	215	192	35	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	97	97	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	131	131	86/109[6]	8	—	100
»	»	161	161	106/136[6]	8	—	125
Обработанные субпродукты[11]	Варка, тушение	—	—	63	20	—	50
То же	То же	—	—	94	20	—	75
»	»	—	—	125	20	—	100

[1] 3%-отходы на порционирование.

[2] 6%, 8%-отходы на спинную кость.

[3] 47%-отходы на кости и кожу после варки для кур, для остальной птицы в числителе даны отходы на кости и кожу птицы I категории, в знаменателе-II категории.

[4] При тушении птицы порционными и мелкими кусками предусмотрены потери на порционирование в количестве 1%, возникающие при нарубании птицы в сыром виде.

[5] Норма закладки на изделия, жаренные во фритюре, исчислена из расчета соответствующих отходов при холодной обработке и потерь при варке; предусмотрено использование вареных частей тушек, на порционирование которых заложены 3% потерь.

[6] В числителе-масса сырья нетто, в знаменателе-масса полуфабриката. Дополнительные продукты, расходуемые для изготовления полуфабрикатов, см. в соответствующих рецептурах Сборника.

[7] Норма закладки исчислена из расчета выхода мякоти без кожи. Для филе с косточкой при расчете нормы закладки массой брутто косточка-7 г не учитывается.

[8] Мякоть с кожей.

[9] Мякоть без кожи.

[10] В числителе-масса нетто птицы I категории, в знаменателе-масса нетто птицы II категории.

[11] В соответствии с ОСТ 49 116-77 субпродукты указаны обработанные.

ПЕРНАТАЯ ДИЧЬ

Дичь поступает на предприятия общественного питания в пере. После ощипывания и опаливания ее обрабатывают так же, как и сельскохозяйственную птицу. Указанные в таблице для разных видов дичи пернатой нормы вложения в штуках 1/2, 1/4, 1/6 и т.д. даны из расчета выхода готовых изделий (примерно 75, 100, 125 г) с учетом средней массы дичи. Если масса дичи отличается от указанной в таблице средней массы, ее делят на иное количество порций соответственно предусмотренному выходу.

Таблица 24

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из пернатой дичи

Наименование продуктов, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г, шт.	Отходы при холодной обработке[1], %	Масса нетто или полуфабриката, г, шт.	Потери		Масса готового изделия, г, шт.
					при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	отходы на кости, % к массе изделий после тепловой обработки	
1	2	3	4	5	6	7	8
Рябчики и куропатки серые							
Целиком (мякоть для салата)	Варка	70	34	46	25	28	25
То же	»	85	34	56	25	28	30
»	»	141	34	93	25	28	50
»	»	168	34	111	25	28	60
»	»	211	34	139	25	28	75
»	»	280	34	185	25	28	100
Целиком	Жаренье	1/2[2]	34	1/2[2]	25	—	1/2[2]
»	»	1[2]	34	1[2]	25	—	1[2]
Целиком, порционными и мелкими кусками	Тушение	152	34	100	25	—	75
То же	»	202	34	133	25	—	100
»	»	253	34	167	25	—	125
Филе натуральное	Жаренье	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью	Жаренье во фритюре	167	52	$80/148^3$	12	—	130
Филе панированное	Жаренье	144	52	$69/85^3$	12	—	75
»	»	196	52	$94/114^3$	12	—	100
Филе натуральное	Припускание	58	52	28	12	—	25
»	»	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
»	»	238	52	114	12	—	100
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты	Жаренье	77	52	$37/63^3$	20	—	50
»	»	117	52	$56/94^3$	20	—	75
»	»	154	52	$74/125^3$	20	—	100
»	»	231	52	$111/188^3$	20	—	150
Биточки припущенные (паровые)	Припускание	77	52	$37/57^3$	12	—	50
То же	»	154	52	$74/114^3$	12	—	100
»	»	231	52	$111/170^3$	12	—	150
Тетерева и куропатки белые							
Целиком (мякоть для салата)	Варка	72	36	46	25	28	25
То же	»	88	36	56	25	28	30
»	»	145	36	93	25	28	50
»	»	173	36	111	25	28	60
»	»	217	36	139	25	28	75
»	»	289	36	185	25	28	100
Целиком	Жаренье	$1/6^2$	36	$1/6^2$	28	—	$1/6^2$
»	»	$1/5^2$	36	$1/5^2$	28	—	$1/5^2$
»	»	$1/4^2$	36	$1/4^2$	28	—	$1/4^2$
»	»	$1/3^2$	36	$1/3^2$	28	—	$1/3^2$
»	»	$1/2^2$	36	$1/2^2$	28	—	$1/2^2$
Целиком и порционными кусками	Тушение	$1/6^2$	36	$1/6^2$	28	—	$1/6^2$
То же	»	$1/5^2$	36	$1/5^2$	28	—	$1/5^2$
»	»	$1/4^2$	36	$1/4^2$	28	—	$1/4^2$
»	»	$1/3^2$	36	$1/3^2$	28	—	$1/3^2$
»	»	$1/2^2$	36	$1/2^2$	28	—	$1/2^2$
Филе натуральное	Жаренье	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью	Жаренье во фритюре	167	52	$80/148^3$	12	—	130
Филе панированное	Жаренье	144	52	$69/85^3$	12	—	75
»	»	196	52	$94/114^3$	12	—	100
Филе натуральное	Припускание	58	52	28	12	—	25
»	»	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
»	»	238	52	114	12	—	100
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты	Жаренье	77	52	$37/63^3$	20	—	50
»	»	117	52	$56/94^3$	20	—	75
»	»	154	52	$74/125^3$	20	—	100
»	»	231	52	$111/188^3$	20	—	150
Биточки припущенные (паровые)	Припускание	77	52	$37/57^3$	12	—	50
То же	»	154	52	$74/114^3$	12	—	100
»	»	231	52	$111/170^3$	12	—	150

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Глухари							
Целиком (мякоть для салата)	Варка	79	42	46	25	28	25
То же	»	97	42	56	25	28	30
»	»	160	42	93	25	28	50
»	»	191	42	111	25	28	60
»	»	240	42	139	25	28	75
»	»	319	42	185	25	28	100
Целиком	Жаренье	1/10[2]	42	1/10[2]	28	—	1/10[2]
»	»	1/8[2]	42	1/8[2]	28	—	1/8[2]
»	»	1/6[2]	42	1/6[2]	28	—	1/6[2]
Целиком и порционными кусками	Тушение	1/10[2]	42	1/10[2]	28	—	1/10[2]
То же	»	1/8[2]	42	1/8[2]	28	—	1/8[2]
»	»	1/6[2]	42	1/6[2]	28	—	1/6[2]
Филе натуральное	Жаренье	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью	Жаренье во фритюре	167	52	80/148[3]	12	—	130
Филе панированное	Жаренье	144	52	69/85[3]	12	—	75
»	»	196	52	94/114[3]	12	—	100
Филе натуральное	Припускание	58	52	28	12	—	25
»	»	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
»	»	238	52	114	12	—	100
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты	Жаренье	77	52	37/63[3]	20	—	50
»	»	117	52	56/94[3]	20	—	75
»	»	154	52	74/125[3]	20	—	100
»	»	231	52	111/188[3]	20	—	150
Биточки припущенные (паровые)	Припускание	77	52	37/57[3]	12	—	50
То же	»	154	52	74/114[3]	12	—	100
»	»	231	52	111/170[3]	12	—	150
Фазаны							
Целиком	Варка	1/6[2]	34	1/6[2]	25	—	1/6[2]
»	»	1/4[2]	34	1/4[2]	25	—	1/4[2]
»	»	1/3[2]	34	1/3[2]	25	—	1/3[2]
Целиком (мякоть для салата)	Варка	70	34	46	25	28	25
То же	»	85	34	56	25	28	30
»	»	141	34	93	25	28	50
»	»	168	34	111	25	28	60
»	»	211	34	139	25	28	75
»	»	280	34	185	25	28	100
Целиком	Жаренье	1/6[2]	34	1/6[2]	31	—	1/6[2]
»	»	1/4[2]	34	1/4[2]	31	—	1/4[2]
»	»	1/3[2]	34	1/3[2]	31	—	1/3[2]
Целиком, порционными и мелкими кусками	Тушение	165	34	109	31	—	75
То же	»	220	34	145	31	—	100
»	»	274	34	181	31	—	125
Филе натуральное	Жаренье	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью	Жаренье во фритюре	167	52	80/148[3]	12	—	130

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Филе панированное	Жаренье	144	52	69/85[3]	12	—	75
»	»	196	52	94/114[3]	12	—	100
Филе натуральное	Припускание	177	52	85	12	—	75
»	»	238	52	114	12	—	100
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты	Жаренье	77	52	37/63[3]	20	—	50
»	»	117	52	56/94[3]	20	—	75
»	»	154	52	74/125[3]	20	—	100
»	»	231	52	111/188[3]	20	—	150
Биточки припущенные (паровые)	Припускание	77	52	37/57[3]	12	—	50
То же	»	154	52	74/114[3]	12	—	100
»	»	231	52	111/170[3]	12	—	150

[1] Отходы указаны без пера.

[2] Норма закладки в штуках.

[3] Числитель – масса нетто, знаменатель – масса полуфабриката. Дополнительные продукты, расходуемые для изготовления полуфабрикатов, см. в соответствующих рецептурах Сборника.

Средняя масса рябчика и куропатки серой без пера примерно 320 г; тетерева – 1000 г; куропатки белой – 500 г; глухаря – 1800 г; фазана – 850 г.

КРОЛИК

Кролики поступают на предприятия общественного питания в соответствии с МРТУ 18/104—65, согласно которому у тушек кроликов должны быть удалены все внутренние органы, за исключением почек; голова отделена на уровне первого шейного позвонка, передние ноги – по запястному, задние ноги – по скакательному суставам; тушки кроликов должны быть хорошо обескровлены, без побитостей и кровоподтеков, остатков шкурки, бахромок мышечной ткани и тщательно вымыты.

По упитанности и качеству обработки тушки кроликов подразделяют на I и II категории. Допускается использование на предприятиях общественного питания тушек кроликов I и II категорий деформированных, имеющих переломы костей, зачистки от побитостей или кровоподтеков.

При холодной обработке у тушек кроликов срезают клеймо, удаляют горловину, шейный позвонок, почки, зачищают и разрубают на две части – переднюю и заднюю (линия деления должна проходить по последнему поясничному позвонку).

Задняя часть (окорочка, спинная часть) тушки кролика содержит меньше соединительной ткани, мышечные волокна ее не требуют длительной тепловой обработки, поэтому мякоть окорочков и спинной части используют главным образом для приготовления натуральных и фаршированных котлет, шашлыков. Переднюю часть тушки кролика используют в основном для тушения. Для приготовления котлетной массы используют мякоть передней и задней частей тушки кролика.

Таблица 25

Нормы выхода тушки, отходов, мякоти и костей при холодной обработке тушек кроликов

(в % к тушке массой брутто)

Наименование сырья и категория	Выход тушки	Отходы и потери при холодной обработке	Выход мякоти	Выход костей
Кролики I категории	95	5	75	20
Кролики II категории	95	5	70	25

Таблица 26

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из тушек кролика

Наименование продуктов, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г		Масса нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	Потери при порционировании, % к массе после тепловой обработки	Масса готового изделия, г
		I категория	II категория				
1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком	Варка	140	140	133	25	—	100
»	»	107	107	102	25	2	75
»	»	143	143	136	25	2	100
»	»	179	179	170	25	2	125
Целиком	Жаренье	140	140	133	25	—	100
»	»	107	107	102	25	2	75
»	»	143	143	136	25	2	100
»	»	179	179	170	25	2	125
Порционными и мелкими кусками	Тушение	105	105	100	25	—	75
То же	»	140	140	133	25	—	100
»	»	176	176	167	25	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[2]	92	92	64/82	8	—	75
То же	То же	123	123	86/109	8	—	100
»	»	152	152	106/136	8	—	125
Котлеты натуральные[3]	Жаренье	84	90	63	20	—	50
То же	»	125	134	94	20	—	75
»	»	167	179	125	20	—	100
Котлеты, фаршированные молочным соусом[3]	Жаренье во фритюре	107	114	80/148	12	—	130
Кролик по-столичному[3]	Жаренье	136	146	102/153	15	—	130
Изделия из котлетной массы[3]:							
Котлеты	Жаренье	49	53	37/63	20	—	50
»	»	75	80	56/94	20	—	75
»	»	99	106	74/125	20	—	100
»	»	148	159	111/188	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами	Жаренье	49	53	37/75	20	—	60
То же	»	99	106	74/150	20	—	120
»	»	148	159	111/225	20	—	180
Биточки припущенные (паровые)	Припускание	49	53	37/57	12	—	50
То же	»	99	106	74/114	12	—	100
»	»	148	159	111/170	12	—	150
Шницель	Жаренье	51	54	38/63	20	—	50
»	»	101	109	76/125	20	—	100
»	»	152	163	114/188	20	—	150
Тефтели	Жаренье	51	54	38/71	15	—	60
»	»	101	109	76/135	15	—	115
»	»	152	163	114/194	15	—	165
Зразы рубленые	Жаренье	51	54	38/82	15	—	70
»	»	101	109	76/165	15	—	140
»	»	152	163	114/247	15	—	210

[1] Числитель – масса нетто, знаменатель – масса полуфабриката. Дополнительные продукты, расходуемые для изготовления полуфабрикатов, см. в соответствующих рецептурах Сборника.

[2] Норма закладки исчислена из расчета соответствующих отходов при холодной обработке и потерь при варке, предусмотрено использование вареных частей тушки, на порционирование которых заложено 2% потерь.

[3] Норма закладки исчислена из расчета выхода мякоти.

РЫБА

На предприятия общественного питания живая, охлажденная, мороженая рыба поступает от промышленности неразделанной, потрошеной с головой и потрошеной обезглавленной, а также специальной разделки (полуфабрикат). Кроме того, отдельные виды рыб (жерех, лещ, сазан, сом, судак, треска, нототения, сайда, ставрида, налим морской, палтус и др.) поступают в виде филе, замороженного блоками. Мелкая рыба (салака, килька, бычки, тюлька, хамса и др.) поступает замороженной в блоках или россыпью в неразделанном виде.

Соленая рыба поступает от промышленности неразделанной, потрошеной с головой и потрошеной обезглавленной. Крупная рыба может поступать куском (сом, зубатка).

По характеру кожного покрова различают рыбу с чешуей, без чешуи и покрытую костными чешуйками («жучками»).

К чешуйчатым рыбам относятся: судак, лещ, сазан, щука, вобла, баттерфиш, кабан-рыба, камбала, клыкач и др. К рыбам без чешуи – налим, угорь, сом и некоторые океанические рыбы: сабля, ледяная, скумбрия, зубатка; к этой группе практически могут быть отнесены треска, пикша и навага, так как они имеют чрезвычайно мелкую, малозаметную и нежную чешую. Некоторые рыбы без чешуи (особенно крупные экземпляры) имеют грубую кожу, поэтому при разделке ее принято снимать. Рыбы семейства осетровых – белуга, севрюга, осетр, стерлядь и некоторые океанические рыбы – бычок океанический, ставрида океаническая и некоторые виды камбалы – покрыты костными чешуйками («жучками»).

Разделанную рыбу в зависимости от размеров и кулинарного назначения используют: целой с головой или целой без головы (массой до 200 г), непластованной кусками, пластованной на филе с кожей и реберными костями, филе с кожей без костей, филе без кожи и костей.

В таблицах указаны нормы отходов и потерь при холодной и тепловой обработках рыбы, расход сырья, выход полуфабрикатов и готовых изделий в зависимости от способов промышленной и кулинарной разделки и тепловой обработки (варки, припускания, жаренья, жаренья во фритюре).

Расход сырья, выход полуфабрикатов и готовых изделий из рыбы установлен для рыб с костным скелетом крупного, среднего и мелкого размера (графы 2, 3, 4, 5, 6, 7 табл. 27), для рыб с хрящевым скелетом – крупного и среднего размера (графы 2, 3, 4, 5 табл. 30). Для рыбы, не подразделяемой по длине или массе, расход сырья, отходы и потери показаны в графах 4 и 5. При использовании рыбы с костным скелетом специальной разделки (полуфабриката) расход сырья, отходы и потери указаны в табл. 27 в графах 8, 9, при использовании рыбы-полуфабриката с хрящевым скелетом (звено с кожей без хрящей) расход сырья, отходы и потери указаны в табл. 30 в графах 7, 8.

К пищевым отходам (табл. 28) отнесены икра и молоки, головы без жабер, плечевая кость, плавники (в том числе хвостовой), позвоночник и реберные кости, а также кожа и чешуя.

В нормах отходов рыб с костным скелетом икра и молоки приняты в размере 3%. У рыбы, выловленной в период нереста, содержание икры и молоки может доходить до 4%. При поступлении рыбы с молоками и икрой фактическое содержание их определяют опытными проработками и оформляют актами в установленном порядке.

Нормы отходов на мороженую рыбу установлены с учетом потерь, образующихся при ее размораживании.

В нормы отходов на мелкую рыбу, поступающую в замороженном виде в блоках (бычки, корюшка, салака, килька, хамса и тюлька), не включены потери при размораживании. Поэтому при расчете нормы отходов на холодную обработку должны быть увеличены за счет потерь при размораживании на 8%.

При использовании живой рыбы (леща, сазана, карпа, линя, карася, стерляди и других рыб) в целом виде для приготовления порционных блюд выход их может не совпадать с выходом, приведенным в рецептурах. В таком случае выход рыб уменьшается или увеличивается в соответствии с фактической массой брутто.

Обработка рыб с костным скелетом (всех семейств)

Живую и охлажденную рыбу разделывают без предварительной подготовки, мороженую – сначала размораживают в холодной проточной воде при температуре не выше 20 °С или на воздухе при комнатной температуре. Воду для размораживания рекомендуется брать из расчета 2 л на 1 кг рыбы. При размораживании в воде рыба теряет часть минеральных веществ, чтобы сократить эти потери, в воду добавляют соль (7–10 г на 1 л).

Мороженое филе, выпускаемое промышленностью, размораживают на воздухе при комнатной температуре. Размораживать филе в воде не следует, так как оно теряет при этом много минеральных веществ.

Продолжительность размораживания рыбы зависит от ее размеров: в воде – для крупной рыбы – не более 4 ч, для средней и мелкой – не более 2 ч; на воздухе – для крупной – не более 10 ч, для средней и мелкой – не более 4 ч.

Размораживание считается законченным при достижении температуры в мышечной ткани рыбы или в толще филе минус 1°С.

Рыбу, размороженную в воде, укладывают на решетку брюшком вниз для стекания воды.

Размороженную рыбу или рыбное филе не хранят, а сразу направляют на дальнейшую разделку и тепловую обработку.

Разделка рыбы складывается в основном из следующих операций: удаление чешуи, плавников, головы, плечевой кости, внутренностей, промывание и нарезание на порции.

Для крупных и средних экземпляров рыбы применяют пластование тушек.

Разделку рыбы начинают с удаления чешуи. Рыбу, у которой чешуя снимается трудно (линь), опускают на 25–30 с в кипящую воду, после чего она удаляется значительно легче.

Камбалу, имеющую на кожном покрове жучки, ошпаривают в течение 1–2 мин.

У бесчешуйчатых рыб (налим, сом, зубатка, бельдюга) поверхность тщательно очищают от слизи.

Для удаления кожи у налима, угря и сома делают неглубокий надрез вокруг головы и, отделив кожу от мякоти, снимают ее целиком.

Плавники (брюшные, спинные, анальные, грудные) срезают на уровне кожного покрова. Хвостовой плавник и часть хвостового стебля удаляют прямым срезом на расстоянии 1–2 см от основания средних лучей хвостового плавника. Голову удаляют по контуру жаберных крышек. У обезглавленных рыб удаляют плечевые кости; для этого, подрезая ткань рыбы, частично оголяют плечевые кости и отделяют их. Мякоть, удаленную вместе с плечевыми костями, в дальнейшем используют при приготовлении рыбного бульона. Через разрез, проходящий от калтычка до анального отверстия, удаляют внутренности, икру и молоки, зачищая внутреннюю брюшную полость от черной пленки. При потрошении рыбы необходимо следить за целостностью желчного пузыря. Участки мякоти, пропитанные желчью, удаляют.

У наваги при разделке отрезают нижнюю челюсть с частью калтычка и через образовавшееся отверстие удаляют внутренности. Икру допускается оставлять в рыбе.

Разделанные тушки рыбы должны быть тщательно промыты в чистой воде до полного удаления сгустков крови, слизи и остатков внутренностей.

После мытья рыбу выдерживают на стеллажах или решетках в течение 20–30 мин для стекания воды.

Рыбу массой до 200 г и менее используют с головой. После очистки от чешуи разрезают брюшко от головы до анального отверстия и удаляют внутренности вместе с жабрами.

У рыбы массой свыше 200 г голову обычно удаляют, а тушку после разделки используют целой или режут на куски.

Рыбу массой до 1–1,5 кг используют чаще непластованной кусками. При такой разделке рыбы для удаления внутренностей брюшко не разрезают, а делают глубокий надрез мякоти у краев жаберных крышек, перерубают позвоночник и отделяют голову, а вместе с ней удаляют и большую часть внутренностей. Остатки внутренностей также удаляют, не разрезая брюшко. Благодаря этому нарезанные куски имеют округлую форму.

Пластование применяют для рыбы массой более 1–1,5 кг. При этом способе разделки у рыбы после очистки от чешуи разрезают брюшко от головы до анального отверстия, прорезают мякоть у головы, отделяют голову, удаляют внутренности. Выпотрошенную и промытую рыбу пластуют, для чего вдоль спины делают надрез мякоти до ребер и разрезают рыбу вдоль по позвоночнику, затем удаляют позвоночник. Полученное филе с кожей и реберными костями разрезают поперек на порционные куски.

В случае разделки на филе с кожей без реберных костей срезают дополнительно реберные кости. Для получения филе без кожи рыбу вначале потрошат, промывают и пластуют, не очищая ее от чешуи, срезают с филе реберные кости, а затем отделяют кожу. Полученное филе нарезают на порции.

Обработка соленой рыбы. Разделка соленой рыбы, по существу, не отличается от разделки свежей рыбы.

Соленая рыба содержит от 6 до 17% соли, поэтому для приготовления кулинарных изделий ее предварительно вымачивают. В рыбе, предназначенной для варки, содержание соли должно быть снижено до 5%, а для жаренья – до 3%.

Рыбу вымачивают 12 ч. Воду надо менять через 1, 2, 3 и 6 ч после начала замачивания. Для охлаждения воды применяется пищевой лед. Можно вымачивать рыбу в проточной воде 5–6 ч.

Перед вымачиванием соленую рыбу помещают в холодную воду на 30–50 мин для набухания мышечной ткани. Затем удаляют чешую, плавники, голову, внутренности. Выпотрошенную рыбу промывают, разрезают на порционные куски и заливают холодной водой (из расчета 2 л на 1 кг рыбы), температура которой должна быть не выше 12°С.

Рыбу после вымачивания хранить не разрешается, ее нужно немедленно направлять на тепловую обработку.

Таблица 27

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с костным скелетом (всех семейств) при использовании сырья и рыбы специальной разделки

Наименование рыб, способы промышленной и кулинарной разделки и тепловой обработки	Рыба (сырье)						Рыба специальной разделки (полуфабрикат*)		Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Выход готового изделия, г
	крупная		средняя		мелкая						
	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Амур неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	152	38	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	202	38	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	252	38	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	147	38	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	245	38	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	144	38	—	—	—	—	89/94[2]	20	75
»	—	—	192	38	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	240	38	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	192	51	—	—	109	14	94	20	75
»	—	—	255	51	—	—	145	14	125	20	100
»	—	—	318	51	—	—	181	14	156	20	125
припущенное	—	—	186	51	—	—	106	14	91	18	75
»	—	—	249	51	—	—	142	14	122	18	100
»	—	—	310	51	—	—	177	14	152	18	125
жареное	—	—	182	51	—	—	103	14	89/94	20	75
»	—	—	243	51	—	—	138	14	119/125	20	100
»	—	—	304	51	—	—	173	14	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	217	58	—	—	115	21	91	18	75
»	—	—	290	58	—	—	154	21	122	18	100

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	—	—	362	58	—	—	192	21	152	18	125
жареное	—	—	212	58	—	—	113	21	89/94	20	75
»	—	—	283	58	—	—	151	21	119/125	20	100
»	—	—	355	58	—	—	189	21	149/156	20	125
запеченное	—	—	212	58	—	—	113	21	89/94	20	75
»	—	—	283	58	—	—	151	21	119/125	20	100
»	—	—	355	58	—	—	189	21	149/156	20	125
Аргентина неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	139	33	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	184	33	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	230	33	—	—	—	—	154	19	125
припущенная	—	—	136	33	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	182	33	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	227	33	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	166	44	—	—	108	14	93	19	75
»	—	—	220	44	—	—	143	14	123	19	100
»	—	—	275	44	—	—	179	14	154	19	125
припущенное	—	—	163	44	—	—	106	14	91	18	75
»	—	—	218	44	—	—	142	14	122	18	100
»	—	—	271	44	—	—	177	14	152	18	125
Барабуля (султанка) неразделанная[1]											
Целая без головы:											
жареная	—	—	135	34[3]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	180	34[3]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	226	34[3]	—	—	—	—	149/156	20	125
Баттерфиш (рыба-зеркало) неразделанный											
Целый, без головы:											

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварной	—	—	—	—	140	35	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	188	35	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	234	35	—	—	152	18	125
припущенный	—	—	—	—	135	35	—	—	88	15	75
»	—	—	—	—	182	35	—	—	118	15	100
»	—	—	—	—	226	35	—	—	147	15	125
жареный	—	—	—	—	120	35	—	—	78/83	10	75
»	—	—	—	—	162	35	—	—	105/111	10	100
»	—	—	—	—	203	35	—	—	132/139	10	125
Белорыбица неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями.											
припущенное	—	—	149	39	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	146	39	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	157	42	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	210	42	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	262	42	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	153	42	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	205	42	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	257	42	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	—	—	165	45	—	—	—	—	91	18	75

»	—	—	222	45	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренное в сухарях на рашпере	—	—	135	45	—	—	—	—	74/91	18	75
»	—	—	180	45	—	—	—	—	99/122	18	100
»	—	—	222	45	—	—	—	—	122/152	18	125
жаренное без сухарей на рашпере	—	—	171	45	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45	—	—	—	—	156	20	125
Бельдюга океаническая неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	171	45	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125
Бельдюга океаническая потрошеная, обезглавленная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	99	5	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	132	5	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	164	5	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	102	5	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	137	5	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	171	5	—	—	—	—	162	23	125
жареная	—	—	94	5	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	125	5	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	157	5	—	—	—	—	149/156	20	125
Бычок азово-черноморский неразделанный[1]											
Целый, с головой:											
жареный	—	—	115	22[3]	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	155	22[3]	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	194	22[3]	—	—	—	—	151/158	21	125
Целый, без головы:											

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенный	—	—	171	45[3]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45[3]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45[3]	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	164	45[3]	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	220	45[3]	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	275	45[3]	—	—	—	—	151/158	21	125
жаренный во фритюре	—	—	113	45[3]	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	153	45[3]	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	193	45[3]	—	—	—	—	106/145	14	125
Бычок океанический неразделанный[1]											
Непластованный (без кожи) кусками:											
жареный	—	—	210	61	—	—	—	—	82/87	14	75
»	—	—	282	61	—	—	—	—	110/116	14	100
»	—	—	354	61	—	—	—	—	138/145	14	125
Верхогляд неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	138	32	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	184	32	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	229	32	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	132	32	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	176	32	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	222	32	—	—	—	—	151	17	125
жареный	—	—	126	32	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	171	32	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	213	32	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	—	—	161	44	—	—	102	12	90	17	75
»	—	—	214	44	—	—	136	12	120	17	100
»	—	—	270	44	—	—	172	12	151	17	125
жареное	—	—	154	44	—	—	98	12	86/91	18	75
»	—	—	207	44	—	—	132	12	116/122	18	100
»	—	—	259	44	—	—	165	12	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	184	51	—	—	111	19	90	17	75

»	—	—	245	51	—	—	148	19	120	17	100
»	—	—	308	51	—	—	186	19	151	17	125
жареное	—	—	176	51	—	—	106	19	86/91	18	75
»	—	—	237	51	—	—	143	19	116/122	18	100
»	—	—	296	51	—	—	179	19	145/152	18	125
Вобла неразделанная[1]											
Целая, с головой:											
жареная	—	—	114	20	—	—	—	—	91/96	22	75
»	—	—	153	20	—	—	—	—	122/128	22	100
»	—	—	191	20	—	—	—	—	153/160	22	125
Целая, без головы:											
жареная	—	—	140	35	—	—	—	—	91/96	22	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122/128	22	100
»	—	—	235	35	—	—	—	—	153/160	22	125
Непластованная кусками:											
жареная	—	—	144	37	—	—	—	—	91/96	22	75
»	—	—	194	37	—	—	—	—	122/128	22	100
»	—	—	243	37	—	—	—	—	153/160	22	125
Вобла соленая неразделанная[1]											
Целая, с головой:											
отварная	—	—	102	15	—	—	—	—	87	14	75
»	—	—	136	15	—	—	—	—	116	14	100
»	—	—	171	15	—	—	—	—	145	14	125
жареная	—	—	94	15	—	—	—	—	80/89	16	75
»	—	—	126	15	—	—	—	—	107/119	16	100
»	—	—	158	15	—	—	—	—	134/149	16	125
Целая, без головы:											
отварная	—	—	126	30	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	169	30	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	210	30	—	—	—	—	147	15	125
жареная	—	—	116	30	—	—	—	—	81/90	17	75
»	—	—	154	30	—	—	—	—	108/120	17	100
»	—	—	194	30	—	—	—	—	136/151	17	125
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	128	31	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	171	31	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	213	31	—	—	—	—	147	15	125
жареная	—	—	117	31	—	—	—	—	81/90	17	75
»	—	—	157	31	—	—	—	—	108/120	17	100
»	—	—	197	31	—	—	—	—	136/151	17	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Вомер (рыба-луна) неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	129	35	—	—	—	—	84	11	75
»	—	—	172	35	—	—	—	—	112	11	100
»	—	—	215	35	—	—	—	—	140	11	125
припущенный	—	—	129	35	—	—	—	—	84	11	75
»	—	—	172	35	—	—	—	—	112	11	100
»	—	—	215	35	—	—	—	—	140	11	125
жареный	—	—	125	35	—	—	—	—	81/86	13	75
»	—	—	168	35	—	—	—	—	109/115	13	100
»	—	—	211	35	—	—	—	—	137/144	13	125
Голец дальневосточный неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	127	26	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	169	26	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	211	26	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	120	26	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	161	26	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	201	26	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125

Горбуша неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	171	11	152	18	125
припущенное	—	—	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	171	11	152	18	125
жареное	—	—	146	39	—	—	100	11	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	134	11	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	167	11	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	157	42	—	—	107	15	91	18	75
»	—	—	210	42	—	—	144	15	122	18	100
»	—	—	262	42	—	—	179	15	152	18	125
жареное	—	—	153	42	—	—	105	15	89/94	20	75
»	—	—	205	42	—	—	140	15	119/125	20	100
»	—	—	257	42	—	—	175	15	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	—	—	165	45	—	—	112	19	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	151	19	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	188	19	152	18	125
жареное	—	—	162	45	—	—	110	19	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	147	19	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	184	19	149/156	20	125
Горбуша потрошеная с головой[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	116	19	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	154	19	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	193	19	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	116	19	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	154	19	—	—	—	—	125	20	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенная	—	—	193	19	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	110	19	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	147	19	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	184	19	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	122	27	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	163	27	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	204	27	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	134	30	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	223	30	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	127	30	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
отварное	—	—	140	33	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	187	33	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	233	33	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	136	33	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	182	33	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	227	33	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
Ерш морской обезглавленный, потрошеный, соленый[1]											

Непластованный кусками:											
отварной	—	—	110	17	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	147	17	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	183	17	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	101	17	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	136	17	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	171	17	—	—	—	—	142/149	16	125
Желтощек потрошеный с головой[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	130	31	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	174	31	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	219	31	—	—	—	—	151	17	125
припущенный	—	—	130	31	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	174	31	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	219	31	—	—	—	—	151	17	125
жареный	—	—	125	31	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	168	31	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	210	31	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	—	—	158	43	—	—	102	12	90	17	75
»	—	—	211	43	—	—	136	12	120	17	100
»	—	—	265	43	—	—	172	12	151	17	125
жареное	—	—	151	43	—	—	98	12	86/91	18	75
»	—	—	204	43	—	—	132	12	116/122	18	100
»	—	—	254	43	—	—	165	12	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	180	50	—	—	111	19	90	17	75
»	—	—	240	50	—	—	148	19	120	17	100
»	—	—	302	50	—	—	186	19	151	17	125
жареное	—	—	172	50	—	—	106	19	86/91	18	75
»	—	—	232	50	—	—	143	19	116/122	18	100
»	—	—	290	50	—	—	179	19	145/152	18	125
Желтощек неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	138	35	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125
припущенный	—	—	138	35	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареный	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	—	—	170	47	—	—	102	12	90	17	75
»	—	—	226	47	—	—	136	12	120	17	100
»	—	—	285	47	—	—	172	12	151	17	125
жареное	—	—	162	47	—	—	98	12	86/91	18	75
»	—	—	219	47	—	—	132	12	116/122	18	100
»	—	—	274	47	—	—	165	12	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	196	54	—	—	111	19	90	17	75
»	—	—	261	54	—	—	148	19	120	17	100
»	—	—	328	54	—	—	186	19	151	17	125
жареное	—	—	187	54	—	—	106	19	86/91	18	75
»	—	—	252	54	—	—	143	19	116/122	18	100
»	—	—	315	54	—	—	179	19	145/152	18	125
Жерех соленый неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	117	23	—	—	125	28	—	—	90	17	75
»	156	23	—	—	167	28	—	—	120	17	100
»	196	23	—	—	210	28	—	—	151	17	125
жареный	104	23	—	—	111	28	—	—	80/89	16	75
»	139	23	—	—	149	28	—	—	107/119	16	100
»	174	23	—	—	186	28	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	130	31	—	—	141	36	102	12	90	17	75
»	174	31	—	—	188	36	136	12	120	17	100
»	219	31	—	—	236	36	172	12	151	17	125
жареное	114	31	—	—	123	36	90	12	79/88	15	75
»	154	31	—	—	166	36	120	12	106/118	15	100
»	191	31	—	—	206	36	150	12	132/147	15	125
Жерех неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	136	34	—	—	150	40	—	—	90	17	75
»	182	34	—	—	200	40	—	—	120	17	100

»	229	34	—	—	252	40	—	—	151	17	125
припущенный	136	34	—	—	150	40	—	—	90	17	75
»	182	34	—	—	200	40	—	—	120	17	100
»	229	34	—	—	252	40	—	—	151	17	125
жареный	130	34	—	—	143	40	—	—	86/91	18	75
»	176	34	—	—	193	40	—	—	116/122	18	100
»	220	34	—	—	242	40	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	155	42	—	—	180	50	102	12	90	17	75
»	207	42	—	—	240	50	136	12	120	17	100
»	260	42	—	—	302	50	172	12	151	17	125
жареное	148	42	—	—	172	50	98	12	86/91	18	75
»	200	42	—	—	232	50	132	12	116/122	18	100
»	250	42	—	—	290	50	165	12	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	170	47	—	—	200	55	111	19	90	17	75
»	226	47	—	—	267	55	148	19	120	17	100
»	285	47	—	—	336	55	186	19	151	17	125
жареное	162	47	—	—	191	55	106	19	86/91	18	75
»	219	47	—	—	258	55	143	19	116/122	18	100
»	274	47	—	—	322	55	179	19	145/152	18	125
Филе жереха, выпускаемое промышленностью:											
припущенное	—	—	98	8[4]	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	130	8[4]	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	164	8[4]	—	—	—	—	151	17	125
жареное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
Зубатка пятнистая (пестрая) потрошеная обезглавленная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	110	18	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	146	18	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	184	18	—	—	—	—	151	17	125
припущенная	—	—	110	18	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	146	18	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	184	18	—	—	—	—	151	17	125
жареная	—	—	109	18	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	145	18	—	—	—	—	119/125	20	100
»		—	182	18	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
запеченная	—	—	109	18	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	145	18	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	182	18	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	125	28	—	—	100	10	90	17	75
»	—	—	167	28	—	—	133	10	120	17	100
»	—	—	210	28	—	—	168	10	151	17	125
припущенное	—	—	125	28	—	—	100	10	90	17	75
»	—	—	167	28	—	—	133	10	120	17	100
»	—	—	210	28	—	—	168	10	151	17	125
жареное	—	—	124	28	—	—	99	10	89/94	20	75
»	—	—	165	28	—	—	132	10	119/125	20	100
»	—	—	207	28	—	—	166	10	149/156	20	125
запеченное	—	—	124	28	—	—	99	10	89/94	20	75
»	—	—	165	28	—	—	132	10	119/125	20	100
»	—	—	207	28	—	—	166	10	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	138	35	—	—	108	17	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	145	17	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	182	17	151	17	125
жареное	—	—	137	35	—	—	107	17	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	143	17	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	180	17	149/156	20	125
запеченное	—	—	137	35	—	—	107	17	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	143	17	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	180	17	149/156	20	125
Филе зубатки необесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
отварное	—	—	97	4[4]	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	128	4[4]	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	160	4[4]	—	—	—	—	154	19	125
припущенное	—	—	94	4[4]	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	125	4[4]	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	157	4[4]	—	—	—	—	151	17	125
жареное	—	—	93	4[4]	—	—	—	—	89/94	20	75

»	—	—	124	4[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	155	4[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренное во фритюре	—	—	70	4[4]	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	96	4[4]	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	120	4[4]	—	—	—	—	115/149	16	125
Зубатка пятнистая (пестрая) с головой, потрошеная, соленая[1]											
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	148	39	—	—	100	10	90	17	75
»	—	—	197	39	—	—	133	10	120	17	100
»	—	—	248	39	—	—	168	10	151	17	125
жареное	—	—	131	39	—	—	89	10	80/89	16	75
»	—	—	175	39	—	—	119	10	107/119	16	100
»	—	—	220	39	—	—	149	10	134/149	16	125
запеченное	—	—	131	39	—	—	89	10	80/89	16	75
»	—	—	175	39	—	—	119	10	107/119	16	100
»	—	—	220	39	—	—	149	10	134/149	16	125
Зубан неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	150	40	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	200	40	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	252	40	—	—	—	—	151	17	125
припущенный	—	—	150	40	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	200	40	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	252	40	—	—	—	—	151	17	125
жареный	—	—	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	191	53	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	255	53	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	321	53	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	191	53	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	255	53	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	321	53	—	—	—	—	151	17	125
жареное	—	—	189	53	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	253	53	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	317	53	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	241	63	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	322	63	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	403	63	—	—	—	—	149/156	20	125
Зубан потрошеный обезглавленный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	96	6	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	128	6	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	161	6	—	—	—	—	151	17	125
припущенный	—	—	96	6	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	128	6	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	161	6	—	—	—	—	151	17	125
жареный	—	—	95	6	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	127	6	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	159	6	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	113	20	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	150	20	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	189	20	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	113	20	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	150	20	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	189	20	—	—	—	—	151	17	125
жареное	—	—	111	20	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	149	20	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	186	20	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Кабан-рыба неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	145	38	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	194	38	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	244	38	—	—	—	—	151	17	125

припущенная	—	—	144	38	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	192	38	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	240	38	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	131	38	—	—	—	—	81/86	13	75
»	—	—	176	38	—	—	—	—	109/115	13	100
»	—	—	221	38	—	—	—	—	137/144	13	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	170	47	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	226	47	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	285	47	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	168	47	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	225	47	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	281	47	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	153	47	—	—	—	—	81/86	13	75
»	—	—	206	47	—	—	—	—	109/115	13	100
»	—	—	258	47	—	—	—	—	137/144	13	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	191	53	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	255	53	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	321	53	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	189	53	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	253	53	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	317	53	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	172	53	—	—	—	—	81/86	13	75
»	—	—	232	53	—	—	—	—	109/115	13	100
»	—	—	291	53	—	—	—	—	137/144	13	125
Камбала дальневосточная неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	140	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	140	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	137	35	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
запеченная	—	—	137	35	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренная в сухарях на рашпере	—	—	111	35	—	—	—	—	72/89	16	75
»	—	—	148	35	—	—	—	—	96/119	16	100
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/149	16	125
Камбала дальневосточная соленая неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	138	35	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125
жареная	—	—	128	35	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	172	35	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	203	35	—	—	—	—	132/147	15	125
запеченная	—	—	128	35	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	172	35	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	203	35	—	—	—	—	132/147	15	125
Камбала азово-черноморская неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	147	36	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	195	36	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	244	36	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	147	36	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	195	36	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	244	36	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	141	36	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	189	36	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	236	36	—	—	—	—	151/158	21	125
Камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной) потрошеная обезглавленная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	104	10	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	139	10	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	173	10	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	104	10	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	139	10	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	173	10	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	100	10	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	134	10	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	168	10	—	—	—	—	151/158	21	125

Камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной) неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	142	34	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	189	34	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	236	34	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	142	34	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	189	34	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	236	34	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	136	34	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	183	34	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	229	34	—	—	—	—	151/158	21	125
Камбала-ерш северная неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	147	38	—	—	95	4	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	127	4	122	18	100
»	—	—	245	38	—	—	158	4	152	18	125
припущенная	—	—	144	38	—	—	93	4	89	16	75
»	—	—	192	38	—	—	124	4	119	16	100
»	—	—	240	38	—	—	155	4	149	16	125
жареная	—	—	134	38	—	—	86	4	83/88	15	75
»	—	—	181	38	—	—	117	4	112/118	15	100
»	—	—	226	38	—	—	146	4	140/147	15	125
жаренная во фритюре	—	—	105	38	—	—	—	—	65/87	14	75
»	—	—	144	38	—	—	—	—	89/116	14	100
»	—	—	179	38	—	—	—	—	111/145	14	125
Камбала исландская неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
припущенная	—	—	126	28	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	169	28	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	211	28	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	122	28	—	—	—	—	88/93	19	75
»	—	—	163	28	—	—	—	—	117/123	19	100
»	—	—	204	28	—	—	—	—	147/154	19	125
жаренная во фритюре	—	—	92	28	—	—	—	—	66/88	15	75
»	—	—	126	28	—	—	—	—	91/118	15	100
»	—	—	157	28	—	—	—	—	113/147	15	125
Капитан-рыба неразделанная[1]											
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	178	46	—	—	109	12	96	22	75
»	—	—	237	46	—	—	145	12	128	22	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварное	—	—	296	46	—	—	182	12	160	22	125
жареное	—	—	176	46	—	—	108	12	95/100	25	75
»	—	—	235	46	—	—	144	12	127/133	25	100
»	—	—	296	46	—	—	182	12	160/167	25	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	204	53	—	—	119	19	96	22	75
»	—	—	272	53	—	—	158	19	128	22	100
»	—	—	340	53	—	—	198	19	160	22	125
жареное	—	—	202	53	—	—	117	19	95/100	25	75
»	—	—	270	53	—	—	157	19	127/133	25	100
»	—	—	340	53	—	—	198	19	160/167	25	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	226	58	—	—	125	24	95/100	25	75
»	—	—	302	58	—	—	167	24	127/133	25	100
»	—	—	381	58	—	—	211	24	160/167	25	125
жаренное во фритюре	—	—	171	58	—	—	95	24	72/94	20	75
»	—	—	233	58	—	—	129	24	98/125	20	100
»	—	—	290	58	—	—	161	24	122/156	20	125
Карась морской неразделанный [1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	162	42	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	216	42	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	269	42	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	162	42	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	216	42	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	269	42	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	148	42	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	200	42	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	250	42	—	—	—	—	145/152	18	125
Карась речной и озерный неразделанный											
Целый, с головой:											
жареный	117	24	—	—	120	26	—	—	89/94	20	75
»	157	24	—	—	161	26	—	—	119/125	20	100
»	196	24	—	—	201	26	—	—	149/156	20	125
запеченный	117	24	—	—	120	26	—	—	89/94	20	75
»	157	24	—	—	161	26	—	—	119/125	20	100
»	196	24	—	—	201	26	—	—	149/156	20	125

Непластованный кусками:											
жареный	148	40	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	198	40	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	248	40	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
Карась океанический неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	—	—	138	35	—	—	90	17	75
»	—	—	—	—	185	35	—	—	120	17	100
»	—	—	—	—	232	35	—	—	151	17	125
припущенный	—	—	—	—	137	35	—	—	89	16	75
»	—	—	—	—	183	35	—	—	119	16	100
»	—	—	—	—	229	35	—	—	149	16	125
жареный	—	—	—	—	126	35	—	—	82/87	14	75
»	—	—	—	—	169	35	—	—	110/116	14	100
»	—	—	—	—	212	35	—	—	138/145	14	125
Карась океанический потрошеный обезглавленный											
Непластованный кусками.											
отварной	110	18	—	—	105	14	—	—	90	17	75
»	146	18	—	—	140	14	—	—	120	17	100
»	184	18	—	—	176	14	—	—	151	17	125
припущенный	109	18	—	—	103	14	—	—	89	16	75
»	145	18	—	—	138	14	—	—	119	16	100
»	182	18	—	—	173	14	—	—	149	16	125
жареный	100	18	—	—	95	14	—	—	82/87	14	75
»	134	18	—	—	128	14	—	—	110/116	14	100
»	168	18	—	—	160	14	—	—	138/145	14	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	150	40	—	—	—	—	—	—	90	17	75
»	200	40	—	—	—	—	—	—	120	17	100
»	252	40	—	—	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	148	40	—	—	—	—	—	—	89	16	75
»	198	40	—	—	—	—	—	—	119	16	100
»	248	40	—	—	—	—	—	—	149	16	125
жареное	137	40	—	—	—	—	—	—	82/87	14	75

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	183	40	—	—	—	—	—	—	110/116	14	100
»	230	40	—	—	—	—	—	—	138/145	14	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	176	49	—	—	—	—	—	—	90	17	75
»	235	49	—	—	—	—	—	—	120	17	100
»	296	49	—	—	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	175	49	—	—	—	—	—	—	89	16	75
»	233	49	—	—	—	—	—	—	119	16	100
»	292	49	—	—	—	—	—	—	149	16	125
жареное	161	49	—	—	—	—	—	—	82/87	14	75
»	216	49	—	—	—	—	—	—	110/116	14	100
»	271	49	—	—	—	—	—	—	138/145	14	125
Каранкс неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	128	32	—	—	—	—	87	14	75
»	—	—	171	32	—	—	—	—	116	14	100
»	—	—	213	32	—	—	—	—	145	14	125
припущенный	—	—	125	32	—	—	—	—	85	12	75
»	—	—	168	32	—	—	—	—	114	12	100
»	—	—	209	32	—	—	—	—	142	12	125
жареный	—	—	124	32	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	166	32	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	209	32	—	—	—	—	142/149	16	125
Карп неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	149	37	157	40	—	—	—	—	94	20	75
»	198	37	208	40	—	—	—	—	125	20	100
»	248	37	260	40	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	144	37	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	194	37	203	40	—	—	—	—	122	18	100
»	241	37	253	40	—	—	—	—	152	18	125
жареный	141	37	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	189	37	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100

»	237	37	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченный	141	37	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	189	37	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	237	37	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	177	47	188	50	—	—	108	13	94	20	75
»	236	47	250	50	—	—	144	13	125	20	100
»	294	47	312	50	—	—	179	13	156	20	125
припущенное	172	47	182	50	—	—	105	13	91	18	75
»	230	47	244	50	—	—	140	13	122	18	100
»	287	47	304	50	—	—	175	13	152	18	125
жареное	168	47	178	50	—	—	102	13	89/94	20	75
»	225	47	238	50	—	—	137	13	119/125	20	100
»	281	47	298	50	—	—	171	13	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	186	51	202	55	—	—	123	26	91	18	75
»	249	51	271	55	—	—	165	26	122	18	100
»	310	51	338	55	—	—	205	26	152	18	125
жареное	182	51	198	55	—	—	120	26	89/94	20	75
»	243	51	264	55	—	—	161	26	119/125	20	100
»	304	51	331	55	—	—	201	26	149/156	20	125
Кета неразделанная[1] (см. горбушу неразделанную)											
Кефаль азово-черноморская неразделанная											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	138	32	147	36	—	—	94	20	75
»	—	—	184	32	195	36	—	—	125	20	100
»	—	—	229	32	244	36	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	134	32	142	36	—	—	91	18	75
»	—	—	179	32	191	36	—	—	122	18	100
»	—	—	224	32	238	36	—	—	152	18	125
жареная	—	—	131	32	139	36	—	—	89/94	20	75
»	—	—	175	32	186	36	—	—	119/125	20	100
»	—	—	219	32	233	36	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	99	32	105	36	—	—	67/89	16	75
»	—	—	135	32	144	36	—	—	92/119	16	100
»	—	—	169	32	180	36	—	—	115/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	147	36	157	40	168	44	—	—	94	20	75
»	195	36	208	40	223	44	—	—	125	20	100
»	244	36	260	40	279	44	—	—	156	20	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	142	36	152	40	163	44	—	—	91	18	75
»	191	36	203	40	218	44	—	—	122	18	100
»	238	36	253	40	271	44	—	—	152	18	125
жареное	139	36	148	40	159	44	—	—	89/94	20	75
»	186	36	198	40	213	44	—	—	119/125	20	100
»	233	36	248	40	266	44	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	152	40	165	45	178	49	—	—	91	18	75
»	203	40	222	45	239	49	—	—	122	18	100
»	253	40	276	45	298	49	—	—	152	18	125
жареное	148	40	162	45	175	49	—	—	89/94	20	75
»	198	40	216	45	233	49	—	—	119/125	20	100
»	248	40	271	45	292	49	—	—	149/156	20	125
жареное во фритюре	112	40	122	45	131	49	—	—	67/89	16	75
»	153	40	167	45	180	49	—	—	92/119	16	100
»	192	40	209	45	225	49	—	—	115/149	16	125
запеченное	148	40	162	45	175	49	—	—	89/94	20	75
»	198	40	216	45	233	49	—	—	119/125	20	100
»	248	40	271	45	292	49	—	—	149/156	20	125
Кефаль азово-черноморская соленая неразделанная											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	152	42	152	42	—	—	88	15	75
»	—	—	203	42	203	42	—	—	118	15	100
»	—	—	253	42	253	42	—	—	147	15	125
жареная	—	—	133	42	133	42	—	—	77/86	13	75
»	—	—	178	42	178	42	—	—	103/115	13	100
»	—	—	222	42	222	42	—	—	129/144	13	125
Кефаль азово-черноморская соленая потрошеная обезглавленная											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	121	27	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	162	27	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	201	27	—	—	—	—	147	15	125
жареная	—	—	105	27	—	—	—	—	77/86	13	75
»	—	—	141	27	—	—	—		103/115	13	100
»	—	—	177	27	—	—	—	—	129/144	13	125
запеченная	—	—	105	27	—	—	—	—	77/86	13	75
»	—	—	141	27		—	—	—	103/115	13	100
»	—		177	27	—	—	—	—	129/144	13	125

Кефаль каспийская неразделанная											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	138	35	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125
припущенная	—	—	135	35	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	182	35	—	—	—	-	118	15	100
»	—	—	226	35	—	—	—	—	147	15	125
жареная	—	—	129	35	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	174	35	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	218	35	—	—	—	—	142/149	16	125
жаренная во фритюре	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
Килька каспийская и кроме каспийской[1]											
Целая, с головой:											
жаренная во фритюре	—	—	1359	8[3]	—	—	—	—	1250/1333	25	1000
Клыкач неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	147	38	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	245	38	—	—	—	—	152	18	125
припущенный	—	—	147	38	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	245	38	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	135	38	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	182	38	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	229	38	—	—	—	—	142/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	156	46	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	209	46	—	—	—	—	113/119	16	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	263	46	—	—	—	—	142/149	16	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	172	47	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	172	47	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	158	47	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	213	47	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	268	47	—	—	—	—	142/149	16	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	179	53	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	240	53	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	302	53	—	—	—	—	142/149	16	125
Корюшка (невская и беломорская) неразделанная[1]											
Целая, с головой:											
припущенная	—	—	107	15[3]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	144	15[3]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	179	15[3]	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	105	15[3]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	140	15[3]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	175	15[3]	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	73	15[3]	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	99	15[3]	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	125	15[3]	—	—	—	—	106/145	14	125
Целая без головы:											
припущенная	—	—	130	30[3]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30[3]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30[3]	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	127	30[3]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30[3]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30[3]	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	89	30[3]	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	120	30[3]	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	151	30[3]	—	—	—	—	106/145	14	125

Красноперка дальневосточная неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
жареная	—	—	132	40	—	—	—	—	79/84	11	75
»	—	—	177	40	—	—	—	—	106/112	11	100
»	—	—	222	40	—	—	—	—	133/140	11	125
Кунджа неразделанная[1]											
Целая, с головой:											
припущенная	—	—	105	13	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	140	13	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	175	13	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	102	13	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	137	13	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	171	13	—	—	—	—	149/156	20	125
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	129	27	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	171	27	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	214	27	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—		—	122	18	100
»	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	122	27	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	163	27	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	204	27	—	—	—	—	149/156	20	125
Кутум неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	157	40	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	253	40	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	—	—	172	47	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	168	47	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	225	47	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	281	47	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Кутум соленый потрошеный с головой[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	122	26	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	162	26	—	—	—	—	120	17	100
»	—	–	204	26	—	—	—	—	151	17	125
жареный	—	—	108	26	—	—	—	—	80/89	16	75
»	—	—	145	26	—	—	—	—	107/119	16	100
»	—	—	181	26	—	—	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—		136	34	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	182	34	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	229	34	—	—	—	—	151	17	125
жареное	—	—	120	34	—	—	—	—	79/88	15	75
»	—	—	161	34	—	—	—	—	106/118	15	100
»	—	—	200	34	—	—	—	—	132/147	15	125
Ледяная рыба потрошеная обезглавленная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	103	14	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	138	14	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	173	14	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	98	14	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	131	14	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	165	14	—	—	—	—	142/149	16	125
Ледяная рыба неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	160	43	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	214	43	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	156	43	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	209	43	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	261	43	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	147	43	—	—	—	—	84/89	16	75

»	—	—	198	43	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	249	43	—	—	—	—	142/149	16	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	196	52	—	—	115	18	94	20	75
»	—	—	260	52	—	—	152	18	125	20	100
»	—	—	325	52	—	—	190	18	156	20	125
припущенное	—	—	196	52	—	—	115	18	94	20	75
»	—	—	260	52	—	—	152	18	125	20	100
»	—	—	325	52	—	—	190	18	156	20	125
жареное	—	—	179	52	—	—	105	18	86/91	18	75
»	—	—	242	52	—	—	141	18	116/122	18	100
»	—	—	302	52	—	—	177	18	145/152	18	125
Филе без кожи и костей:											
отварное	—	—	209	55	—	—	119	21	94	20	75
»	—	—	278	55	—	—	158	21	125	20	100
»	—	—	347	55	—	—	197	21	156	20	125
припущенное	—	—	209	55	—	—	119	21	94	20	75
»	—	—	278	55	—	—	158	21	125	20	100
»	—	—	347	55	—	—	197	21	156	20	125
жареное	—	—	191	55	—	—	109	21	86/91	18	75
»	—	—	258	55	—	—	147	21	116/122	18	100
	—	—	322	55	—	—	184	21	145/152	18	125
Лещ неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	152	38	152	38	149	37	—	—	94	20	75
»	202	38	202	38	198	37	—	—	125	20	100
»	252	38	252	38	248	37	—	—	156	20	125
припущенный	147	38	147	38	144	37	—	—	91	18	75
»	197	38	197	38	194	37	—	—	122	18	100
»	245	38	245	38	241	37	—	—	152	18	125
жареный	144	38	144	38	141	37	—	—	89/94	20	75
»	192	38	192	38	189	37	—	—	119/125	20	100
»	240	38	240	38	237	37	—	—	149/156	20	125
запеченный	144	38	144	38	141	37	—	—	89/94	20	75
»	192	38	192	38	189	37	—	—	119/125	20	100
»	240	38	240	38	237	37	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
жареное	159	46	159	46	156	45	99	13	86/91	18	75
»	215	46	215	46	211	45	133	13	116/122	18	100
»	269	46	269	46	264	45	167	13	145/152	18	125
запеченное	159	46	159	46	156	45	99	13	86/91	18	75
»	215	46	215	46	211	45	133	13	116/122	18	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
запеченное	269	46	269	46	264	45	167	13	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	198	54	198	54	182	50	123	26	91	18	75
»	265	54	265	54	244	50	165	26	122	18	100
»	330	54	330	54	304	50	205	26	152	18	125
жареное	187	54	187	54	172	50	116	26	86/91	18	75
»	252	54	252	54	232	50	157	26	116/122	18	100
»	315	54	315	54	290	50	196	26	145/152	18	125
запеченное	187	54	187	54	172	50	116	26	86/91	18	75
»	252	54	252	54	232	50	157	26	116/122	18	100
»	315	54	315	54	290	50	196	26	145/152	18	125
Филе леща, выпускаемое промышленностью:											
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
запеченное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
Лещ соленый потрошеный с головой											
Непластованный кусками:											
отварной	117	23	117	23	122	26	—	—	90	17	75
»	156	23	156	23	162	26	—	—	120	17	100
»	196	23	196	23	204	26	—	—	151	17	125
жареный	104	23	104	23	108	26	—	—	80/89	16	75
»	139	23	139	23	145	26	—	—	107/119	16	100
»	174	23	174	23	181	26	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
жареное	119	33	119	33	125	36	92	13	80/89	16	75
»	160	33	160	33	167	36	123	13	107/119	16	100
»	200	33	200	33	209	36	154	13	134/149	16	125
запеченное	119	33	119	33	125	36	92	13	80/89	16	75
»	160	33	160	33	167	36	123	13	107/119	16	100
»	200	33	200	33	209	36	154	13	134/149	16	125

Лосось каспийский, куринский неразделанный

Непластованный кусками:											
отварной	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	138	34	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	185	34	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	230	34	249	39	—	—	171	11	152	18	125
припущенное	138	34	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	185	34	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	230	34	249	39	—	—	171	11	152	18	125
жареное	135	34	146	39	—	—	100	11	89/94	20	75
»	180	34	195	39	—	—	134	11	119/125	20	100
»	226	34	244	39	—	—	167	11	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	149	39	157	42	—	—	107	15	91	18	75
»	200	39	210	42	—	—	144	15	122	18	100
»	249	39	262	42	—	—	179	15	152	18	125
жареное	146	39	153	42	—	—	105	15	89/94	20	75
»	195	39	205	42	—	—	140	15	119/125	20	100
»	244	39	257	42	—	—	175	15	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	160	43	165	45	—	—	112	19	91	18	75
»	214	43	222	45	—	—	151	19	122	18	100
»	267	43	276	45	—	—	188	19	152	18	125
жареное	156	43	162	45	—	—	110	19	89/94	20	75
»	209	43	216	45	—	—	147	19	119/125	20	100
»	261	43	271	45	—	—	184	19	149/156	20	125
жаренное в сухарях на рашпере	130	43	135	45	—	—	91	19	74/91	18	75
то же	174	43	180	45	—	—	122	19	99/122	18	100
»	214	43	222	45	—	—	151	19	122/152	18	125
жаренное без сухарей на рашпере	165	43	171	45	—	—	116	19	94	20	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренное без сухарей на рашпере	219	43	227	45	—	—	154	19	125	20	100
»	274	43	284	45	—	—	193	19	156	20	125
Лох неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	154	39	—	—	106	11	94	20	75
»	—	—	205	39	—	—	140	11	125	20	100
»	—	—	256	39	—	—	175	11	156	20	125
припущенное	—	—	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	171	11	152	18	125
жареное	—	—	146	39	—	—	100	11	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	134	11	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	167	11	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	157	42	—	—	107	15	91	18	75
»	—	—	210	42	—	—	144	15	122	18	100
»	—	—	262	42	—	—	179	15	152	18	125
жареное	-	—	153	42	—	—	105	15	89/94	20	75
»	—	—	205	42	—	—	140	15	119/125	20	100
»	—	—	257	42	—	—	175	15	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	—	—	165	45	—	—	112	19	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	151	19	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	188	19	152	18	125
жареное	—	—	162	45	—	—	110	19	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	147	19	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	184	19	149/156	20	125

Луфарь (кроме океанического) неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	138	32	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	184	32	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	229	32	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	138	32	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	184	32	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	229	32	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	126	32	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	171	32	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	213	32	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	181	48	—	—	112	16	94	20	75
»	—	—	240	48	—	—	149	16	125	20	100
»	—	—	300	48	—	—	186	16	156	20	125
припущенное	—	—	181	48	—	—	112	16	94	20	75
»	—	—	240	48	—	—	149	16	125	20	100
»	—	—	300	48	—	—	186	16	156	20	125
жареное	—	—	165	48	—	—	102	16	86/91	18	75
»	—	—	223	48	—	—	138	16	116/122	18	100
»	—	—	279	48	—	—	173	16	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное, припущенное	—	—	204	54	—	—	121	22	94	20	75
»	—	—	272	54	—	—	160	22	125	20	100
»	—	—	339	54	—	—	200	22	156	20	125
жареное	—	—	187	54	—	—	110	22	86/91	18	75
»	—	—	252	54	—	—	149	22	116/122	18	100
»	—	—	315	54	—	—	186	22	145/152	18	125
Луфарь океанический потрошеный обезглавленный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	111	15	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	147	15	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	184	15	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	111	15	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	147	15	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	184	15	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	101	15	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	136	15	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	171	15	—	—	—	—	145/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	136	31	—	—	112	16	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	149	16	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	186	16	156	20	125
припущенное	—	—	136	31	—	—	112	16	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	149	16	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	186	16	156	20	125
жареное	—	—	125	31	—	—	102	16	86/91	18	75
»	—	—	168	31	—	—	138	16	116/122	18	100
»	—	—	210	31	—	—	173	16	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	149	37	—	—	121	22	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	160	22	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	200	22	156	20	125
припущенное	—	—	149	37	—	—	121	22	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	160	22	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	200	22	156	20	125
жареное	—	—	137	37	—	—	110	22	86/91	18	75
»	—	—	184	37	—	—	149	22	116/122	18	100
»	—	—	230	37	—	—	186	22	145/152	18	125
Макрель Индийского океана, тушка специальной разделки											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	—	—	—	—	89	3	86	13	75
»	—	—	—	—	—	—	119	3	115	13	100
»	—	—	—	—	—	—	148	3	144	13	125
припущенная	—	—	—	—	—	—	87	3	84	11	75
»	—	—	—	—	—	—	115	3	112	11	100
»	—	—	—	—	—	—	144	3	140	11	125
жареная	—	—	—	—	—	—	87	3	84/89	16	75
»	—	—	—	—	—	—	116	3	113/119	16	100
»	—	—	—	—	—	—	146	3	142/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	—	—	—	—	98	12	86	13	75
»	—	—	—	—	—	—	131	12	115	13	100
»	—	—	—	—	—	—	164	12	144	13	125
припущенное	—	—	—	—	—	—	95	12	84	11	75

»	—	—	—	—	—	—	127	12	112	11	100
»	—	—	—	—	—	—	159	12	140	11	125
жареное	—	—	—	—	—	—	95	12	84/89	16	75
»	—	—	—	—	—	—	128	12	113/119	16	100
»	—	—	—	—	—	—	161	12	142/149	16	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	—	—	—	—	101	15	86	13	75
»	—	—	—	—	—	—	135	15	115	13	100
»	—	—	—	—	—	—	169	15	144	13	125
припущенное	—	—	—	—	—	—	99	15	84	11	75
»	—	—	—	—	—	—	132	15	112	11	100
»	—	—	—	—	—	—	165	15	140	11	125
жареное	—	—	—	—	—	—	99	15	84/89	16	75
»	—	—	—	—	—	—	133	15	113/119	16	100
»	—	—	—	—	—	—	167	15	142/149	16	125
Филе без кожи и костей:											
отварное	—	—	—	—	—	—	105	18	86	13	75
»	—	—	—	—	—	—	140	18	115	13	100
»	—	—	—	—	—	—	176	18	144	13	125
припущенное	—	—	—	—	—	—	102	18	84	11	75
»	—	—	—	—	—	—	137	18	112	11	100
»	—	—	—	—	—	—	171	18	140	11	125
жареное	—	—	—	—	—	—	102	18	84/89	16	75
»	—	—	—	—	—	—	138	18	113/119	16	100
»	—	—	—	—	—	—	173	18	142/149	16	125
Филе макрели необесшкуренное, выпускаемое промышленностью отварное	—	—	97	4[4]	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	128	4[4]	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	160	4[4]	—	—	—	—	154	19	125
припущенное	—	—	94	4[4]	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	125	4[4]	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	157	4[4]	—	—	—	—	151	17	125
жареное	—	—	88	4[4]	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	118	4[4]	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	148	4[4]	—	—	—	—	142/149	16	125
Макрурус, тушка специальной разделки											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	—	—	—	—	98	4	94	20	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварной	—	—	—	—	—	—	130	4	125	20	100
»	—	—	—	—	—	—	163	4	156	20	125
припущенный	—	—	—	—	—	—	97	4	93	19	75
»	—	—	—	—	—	—	128	4	123	19	100
»	—	—	—	—	—	—	160	4	154	19	125
жареный	—	—	—	—	—	—	90	4	86/91	18	75
»	—	—	—	—	—	—	121	4	116/122	18	100
»	—	—	—	—	—	—	151	4	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	—	—	—	—	104	10	94	20	75
»	—	—	—	—	—	—	139	10	125	20	100
»	—	—	—	—	—	—	173	10	156	20	125
припущенное	—	—	—	—	—	—	103	10	93	19	75
»	—	—	—	—	—	—	137	10	123	19	100
»	—	—	—	—	—	—	171	10	154	19	125
жареное	—	—	—	—	—	—	96	10	86/91	18	75
»	—	—	—	—	—	—	129	10	116/122	18	100
»	—	—	—	—	—	—	161	10	145/152	18	125
Филе без кожи и костей:											
отварное	—	—	—	—	—	—	109	14	94	20	75
»	—	—	—	—	—	—	145	14	125	20	100
»	—	—	—	—	—	—	181	14	156	20	125
припущенное	—	—	—	—	—	—	108	14	93	19	75
»	—	—	—	—	—	—	143	14	123	19	100
»	—	—	—	—	—	—	179	14	154	19	125
жареное	—	—	—	—	—	—	100	14	86/91	18	75
»	—	—	—	—	—	—	135	14	116/122	18	100
»	—	—	—	—	—	—	169	14	145/152	18	125
Маринка потрошеная с головой[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	140	33	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	187	33	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	233	33	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	136	33	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	182	33	—	—	—	—	122	18	100

»	—	—	227	33	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	159	41	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	212	41	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	264	41	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	154	41	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	207	41	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	258	41	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	151	41	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	202	41	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	253	41	—	—	—	—	149/156	20	125
Мелочь I группы[1]											
Целая, с головой:											
отварная	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	121	25	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	163	25	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	203	25	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченная	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Целая, без головы:											
отварная	—	—	149	37	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	144	37	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	194	37	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	241	37	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	141	37	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	189	37	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	237	37	—	—	—	—	149/156	20	125
Непластованная кусками:											

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварная	—	—	154	39	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	205	39	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	256	39	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	149	39	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	146	39	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	—	—	149/156	20	125

Примечание. К мелочи I-й группы относятся: густера (тарань) азербайджанская, линь, окунь речной и озерный (кроме балхашского и бухтарминского), подуст.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Мелочь II группы[1]											
Целая, с головой:											
отварная	—	—	129	27	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	171	27	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	214	27	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	122	27	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	163	27	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	204	27	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре (корюшка)	—	—	88	27	—	—	—	—	64/89	16	75
»	—	—	119	27	—	—	—	—	87/119	16	100
»	—	—	151	27	—	—	—	—	110/149	16	125
Целая, без головы:											
отварная	—	—	157	40	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	253	40	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	248	40		—	—	—	149/156	20	125

Примечание. К мелочи II группы относятся: белоглазка, кроме аральской, азербайджанской и цимлянской, Куйбышевского и Рыбинского водохранилищ; голавль, густера (тарань), кроме азербайджанской, азово-черноморской и всех водоемов РСФСР; ерш речной и озерный, кроме дальневосточного и азовской перкарины, корюшка, кроме невской, финской и беломорской; красноперка, кроме дальневосточной; плотва, кроме вылавливаемой во всех водоемах РСФСР и бухтарминской; сайка, синец (сопа), кроме вылавливаемого в водоемах РСФСР и УССР; чехонь, кроме азово-черноморской и вылавливаемой в водоемах УССР и водохранилищах: Рыбинском, Цимлянском, Горьковском, Куйбышевском.

Мелочь III группы	Используется для приготовления ухи и рыбных бульонов.											

Примечание. К мелочи III группы относятся: агерина (ферина), вьюн, пескарь, песчанка, пинагор, смарида (кроме океанической), уклея и все рыбы (кроме океанических) длиной 12 см и менее, не ограниченные к вылову правилами рыболовства; океанические рыбы: сабля-рыба менее 60 см; нигрита (канадус), снэк, сериола, угорь морской – менее 30 см; нототения мраморная, сом менее 25 см, бесуго, белоция, бельдюга, бычок океанический, джакас, каранкс, клыкач, лещ морской, латилида, лихия, ледяная рыба, лутьян, летрин, окунь каменный, парго, перро, перко, полинемус, помпано серебристый, помадазис, пеламида, рубия, сериолелла, сиганус, солнечник, смарида океаническая, сквама, сладкогуб, строма, тюрбо, тайл-фиш, умбрина, форель морская, хек серебристый и тихоокеанский, хинис – менее 20 см, баттерфиш, вомер (рыба-луна), караси, налим морской, ронко менее 14 см, все остальные рыбы длиной менее 17 см.

Мерланг неразделанный[1]												
Непластованный кусками:												
отварной	—	—	157	40	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
Мерланг потрошеный обезглавленный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	103	9	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	137	9	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	171	9	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	100	9	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	134	9	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	167	9	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	98	9	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	131	9	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	164	9	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	122	23	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	162	23	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	203	23	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	118	23	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	158	23	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	197	23	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	116	23	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	155	23	—	—	—	—	119/125	20	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	194	23		—	-	—	149 156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	124	24	—	—	—	—	94	20	75
»	-	—	164	24	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	205	24	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	120	24	—	—	—	-	91	18	75
»	—	—	161	24	—	-	—	—	122	18	100
»	—	—	200	24	—	—		—	152	18	125
жареное	—	—	117	24	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	157	24		—	—	—	119 125	20	100
»		—	196	24	—	—	—	—	149 156	20	125
Филе без кожи и костей:											
отварное		—	131	28	-	—	—	—	94	20	75
»	—	—	174	28	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	217	28	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	-	—	126	28	—	—	-	—	91	18	75
»	—	—	169	28	—	—	-	—	122	18	100
»	—	—	211	28	—	-	—	—	152	18	125
жареное	—	—	124	28	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	-	165	28	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	-	207	28	—	—		—	149/156	20	125
Мероу неразделанный											
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	211	54	—	—	—	—	110	12	97	23	75
»	283	54	—	—	—	—	148	12	130	23	100
»	352	54	—	—	-	-	184	12	162	23	125
жареное	204	54	—	—	—	-	107	12	94/99	24	75
»	274	54	—	—	—		143	12	126/132	24	100
»	341	54	—	—	—	—	178	12	157/164	24	125
Мероу потрошеный обезглавленный											
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	159	39	—	—	—	—	110	12	97	23	75
»	213	39	—	—	—	—	148	12	130	23	100
»	266	39	—	—	-	—	184	12	162	23	125
жареное	154	39	—	—	—	—	107	12	94/99	24	75
»	207	39	—	—	—	—	143	12	126/132	24	100
»	257	39	—	—	—	—	178	12	157/164	24	125

Меч-рыба потрошеная обезглавленная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	122	23	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	162	23	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	203	23	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	116	23	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	155	23	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	194	23	—	—	—	—	149/156	20	125
Минога неразделанная[1]											
Целая без головы и хвоста:											
жареная	—	—	96	7	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	128	7	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	160	7	—	—	—	—	149/156	20	125
Минтай спинка (балычок)[1]											
Целые балычки:											
отварные	—	—	96	5	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	128	5	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	160	5	—	—	—	—	152	18	125
припущенные	—	—	94	5	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	125	5	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	157	5	—	—	—	—	149	16	125
жареные	—	—	87	5	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	118	5	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	147	5	—	—	—	—	140/147	15	125
жаренные во фритюре	—	—	61	5	—		—	—	58/83	10	75
»	—	—	83	5	—	—	—	—	79/111	10	100
»	—	—	105	5	—	—	—	—	100/139	10	125
Порционные куски:											
отварные	—	—	96	5	—		—	—	91	18	75
»	—	—	128	5	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	160	5	—	—	—	—	152	18	125
припущенные	—	—	94	5	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	125	5	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	157	5	—	—	—	—	149	16	125
жареные	—	—	87	5	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	118	5	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	147	5	—	—	—	—	140/147	15	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренные во фритюре	—	—	64	5	—	—	—	—	61/83	10	75
»	—	—	88	5	—	—	—	—	84/111	10	100
»	—	—	111	5	—	—	—	—	105/139	10	125
Минтай неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	253	40	—	—	—	—	152	18	125
припущенный	—	—	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	—	—	122	18	100
»		—	253	40	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	143	40	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	193	40	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	242	40	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	186	50	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	246	50	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	308	50	—	—	—	—	154	19	125
припущенное	—	—	186	50	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	246	50	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	308	50	—	—	—	—	154	19	125
жареное	—	—	168	50		—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	226	50	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	284	50	—	—	—	—	142/149	16	125
Филе без кожи и костей:											
отварное	—	—	202	54	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	267	54	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	335	54	—	—	—	—	154	19	125
припущенное	—	—	202	54	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	267	54	—		—	—	123	19	100
»		—	335	54	—	—	—	—	154	19	125
жареное	—	—	183	54	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	-	246	54	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	309	54	—	—	—	—	142/149	16	125
Мойва (мелочь III группы) неразделанная[1]											
Целая, с головой:											
жареная	—	—	92	2^5	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	123	2^5	—	—	—	—	121/127	21	100

»	—	—	154	2[5]	—	—	—	—	151/158	21	125
жаренная во фритюре	—	—	69	2[5]	—	—	—	—	68/93	19	75
»	—	—	93	2[5]	—	—	—	—	91/123	19	100
»	—	—	117	2[5]	—	—	—	—	115/154	19	125
Муксун неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	134	30	—	—	134	30	—	—	94	20	75
»	179	30	—	—	179	30	—	—	125	20	100
»	223	30	—	—	223	30	—	—	156	20	125
припущенный	130	30	—	—	130	30	—	—	91	18	75
»	174	30	—	—	174	30	—	—	122	18	100
»	217	30	—	—	217	30	—	—	152	18	125
жареный	127	30	—	—	127	30	—	—	89/94	20	75
»	170	30	—	—	170	30	—	—	119/125	20	100
»	213	30	—	—	213	30	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	152	40	—	—	152	40	—	—	91	18	75
»	203	40	—	—	203	40	—	—	122	18	100
»	253	40	—	—	253	40	—	—	152	18	125
жареное	148	40	—	—	148	40	—	—	89/94	20	75
»	198	40	—	—	198	40	—	—	119/125	20	100
»	248	40	—	—	248	40	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	169	46	—	—	169	46	—	—	91	18	75
»	226	46	—	—	226	46	—	—	122	18	100
»	281	46	—	—	281	46	—	—	152	18	125
жареное	165	46	—	—	165	46	—	—	89/94	20	75
»	220	46	—	—	220	46	—	—	119/125	20	100
»	276	46	—	—	276	46	—	—	149/156	20	125
Муксун потрошеный соленый с головой											
Непластованный кусками:											
отварной	117	23	—	—	122	26	—	—	90	17	75
»	156	23	—	—	162	26	—	—	120	17	100
»	196	23	—	—	204	26	—	—	151	17	125
жареный	103	23	—	—	107	26	—	—	79/88	15	75
»	138	23	—	—	143	26	—	—	106/118	15	100
»	171	23	—	—	178	26	—	—	132/147	15	125
Филе с кожей и костями:											
отварное	130	31	—	—	136	34	—	—	90	17	75
»	174	31	—	—	182	34	—	—	120	17	100
»	219	31	—	—	229	34	—	—	151	17	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	114	31	—	—	120	34	—	—	79/88	15	75
»	154	31	—	—	161	34	—	—	106/118	15	100
»	191	31	—	—	200	34	—	—	132/147	15	125
Навага дальневосточная неразделанная[1]											
Целая, с головой, кожей, икрой:											
жареная	—	—	111	19	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	-	149	19	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	186	19	—	—		—	151/158	21	125
жаренная во фритюре	—	—	77	19	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	104	19	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	131	19	—	—	—	—	106/145	14	125
Непластованная без головы:											
жареная	—	—	134	33	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	181	33	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	225	33	—	—	—	—	151/158	21	125
жаренная во фритюре	—	—	93	33	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	125	33	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	158	33	—	—	—	—	106/145	14	125
Филе с кожей, без костей:											
жареное	—	—	148	39	—	—	102	12	90/95	21	75
»	—	—	198	39	—	—	138	12	121/127	21	100
»	—	—	248	39	—	—	172	12	151/158	21	125
запеченное	—	—	148	39	—	—	102	12	90/95	21	75
»	—	—	198	39	—	—	138	12	121/127	21	100
»	—	—	248	39	-	—	172	12	151/158	21	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	180	50	—	—	108	17	90/95	21	75
»	—	—	242	50	—	—	146	17	121/127	21	100
»	—	—	302	50	—	—	182	17	151/158	21	125
Навага (кроме дальневосточной) неразделанная[1]											
Целая, с кожей, головой, икрой:											
жареная	—	—	113	20	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	151	20	—	—	—	-	121/127	21	100
»	—	—	189	20	—	—	—	—	151/158	21	125
Целая, без кожи, с головой, икрой:											
жареная	—	—	122	26	—	—	—	—	90/95	21	75

»	—	—	164	26	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	204	26	—	—	—	—	151/158	21	125
жаренная во фритюре	—	—	84	26	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	114	26	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	143	26	—	—	—	—	106/145	14	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	170	47	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	228	47	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	285	47	—	—	—	—	151/158	21	125
запеченное	—	—	170	47	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	228	47	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	285	47	—	—	—	—	151/158	21	125
Налим речной и озерный неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	182	50	—	—	—		91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	152	18	125
припущенный	—	—	182	50	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	178	50	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	238	50	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	298	50	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи, с реберными костями:											
припущенное	—	—	212	57	—	—	98	7	91	18	75
»	—	—	284	57	—	—	131	7	122	18	100
»	—	—	353	57	—	—	163	7	152	18	125
жареное	—	—	207	57	—	—	96	7	89/94	20	75
»	—	—	277	57	—	—	128	7	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	160	7	149/156	20	125
запеченное	—	—	207	57	—	—	96	7	89/94	20	75
»	—	—	277	57	—	—	128	7	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	160	7	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	—	—	228	60	—	—	101	10	91	18	75
»	—	—	305	60	—	—	136	10	122	18	100
»	—	—	380	60	—	—	169	10	152	18	125
жареное	—	—	223	60	—	—	99	10	89/94	20	75
»	—	—	298	60	—	—	132	10	119/125	20	100
»	—	—	373	60	—	—	166	10	149/156	20	125
запеченное	—	—	223	60	—	—	99	10	89/94	20	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
запеченное	—	—	298	60	—	—	132	10	119/125	20	100
»	—	—	373	60	—	—	166	10	149/156	20	125
Налим речной и озерный соленый неразделанный[1]											
Непластованный (без кожи) кусками:											
отварной	—	—	140	38	—	—	—	—	87	14	75
»	—	—	187	38	—	—	—	—	116	14	100
»	—	—	234	38	—	—	—	—	145	14	125
жареный	—	—	129	38	—	—	—	—	80/89	16	75
»	—	—	173	38	—	—	—	—	107/119	16	100
»	—	—	211	38	—	—	—	—	131/149	16	125
Филе без кожи и костей:											
отварное	—	—	174	50	—	—	99	12	87	14	75
»	—	—	232	50	—	—	132	12	116	14	100
»	—	—	290	50	—	—	165	12	145	14	125
жареное	—	—	160	50	—	—	91	12	80/89	16	75
»	—	—	214	50	—	—	122	12	107/119	16	100
»	—	—	268	50	—	—	152	12	134/149	16	125
запеченное	—	—	160	50	—	—	91	12	80/89	16	75
»	—	—	214	50	—	—	122	12	107/119	16	100
»	—	—	268	50	—	—	152	12	134/149	16	125
Налим морской неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
припущенный	—	—	159	39	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	213	39	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	266	39	—	—	—	—	162	23	125
жареный	—	—	151	39	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	203	39	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	254	39	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе налима необесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
отварное	—	—	107	3[4]	—	—	—	—	104	28	75
»	—		143	3[4]	—	—	—	—	139	28	100
»	—	—	179	3[4]	-	—	—	—	174	28	125
припущенное	—	—	104	3[4]	—	—	—	—	101	26	75

»	—	—	139	3[4]	—	—	—	—	135	26	100
»	—	—	174	3[4]	—	—	—	—	169	26	125
жареное	—	—	95	3[4]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	128	3[4]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	160	3[4]	—	—	—	—	155/162	23	125
Налим морской потрошеный обезглавленный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	110	10	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	147	10	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	182	10	—	—	—	—	164	24	125
припущенный	—	—	108	10	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	144	10	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	180	10	—	—	—	—	162	23	125
жареный	—	—	102	10	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	138	10	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	172	10	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	130	24	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	174	24	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	216	24	—	—	—	—	164	24	125
припущенное	—	—	128	24	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	171	24	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	213	24	—	—	—	—	162	23	125
жареное	—	—	121	24	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	163	24	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	204	24	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	136	27	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	181	27	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	225	27	—	—	—	—	164	24	125
припущенное	—	—	133	27	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	178	27	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	222	27	—	—	—	—	162	23	125
жареное		—	126	27	—	—	—	—	92/97	23	75
»		—	170	27	—	—	—	—	124/130	23	100
»		—	212	27	—	—	—	—	155/162	23	125

Нельма неразделанная

Непластованная кусками:

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварная	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	138	34	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	185	34	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	230	34	249	39	—	—	171	11	152	18	125
жареное	135	34	146	39	—	—	100	11	89/94	20	75
»	180	34	195	39	—	—	134	11	119/125	20	100
»	226	34	244	39	—	—	167	11	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	149	39	157	42	—	—	107	15	91	18	75
»	200	39	210	42	—	—	144	15	122	18	100
»	249	39	262	42	—	—	179	15	152	18	125
жареное	146	39	153	42	—	—	105	15	89/94	20	75
»	195	39	205	42	—	—	140	15	119/125	20	100
»	244	39	257	42	—	—	175	15	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	160	43	165	45	—	—	112	19	91	18	75
»	214	43	222	45	—	—	151	19	122	18	100
»	267	43	276	45	—	—	188	19	152	18	125
жареное	156	43	162	45	—	—	110	19	89/94	20	75
»	209	43	216	45	—	—	147	19	119/125	20	100
»	261	43	271	45	—	—	184	19	149/156	20	125
жаренное в сухарях на рашпере	130	43	135	45	—	—	91	19	74/91	18	75
то же	174	43	180	45	—	—	122	19	99/122	18	100
»	214	43	222	45	—	—	151	19	122/152	18	125
жаренное без сухарей на рашпере	165	43	171	45	—	—	116	19	94	20	75
то же	219	43	227	45	—	—	154	19	125	20	100
»	274	43	284	45	—	—	193	19	156	20	125

Нототения мраморная											
Филе необесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
отварное	—	—	101	5[4]	—	—	—	—	96	22	75
»	—	—	135	5[4]	—	—	—	—	128	22	100
»	—	—	168	5[4]	—	—	—	—	160	22	125
припущенное	—	—	99	5[4]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	132	5[4]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	164	5[4]	—	—	—	—	156	20	125
жареное	—	—	88	5[4]	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	119	5[4]	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	149	5[4]	—	—	—	—	142/149	16	125
Окунь морской потрошеный с головой											
Непластованный кусками:											
отварной	147	36[6]	—	—	154	39[6]	—	—	94	20	75
»	195	36[6]	—	—	205	39[6]	—	—	125	20	100
»	244	36[6]	—	—	256	39[6]	—	—	156	20	125
припущенный	142	36[6]	—	—	149	39[6]	—	—	91	18	75
»	191	36[6]	—	—	200	39[6]	—	—	122	18	100
»	238	36[6]	—	—	249	39[6]	—	—	152	18	125
жареный	139	36[6]	—	—	146	39[6]	—	—	89/94	20	75
»	186	36[6]	—	—	195	39[6]	—	—	119/125	20	100
»	233	36[6]	—	—	244	39[6]	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	168	44	—	—	—	—	108	13[7]	94	20	75
»	223	44	—	—	—	—	144	13[7]	125	20	100
»	279	44	—	—	—	—	179	13[7]	156	20	125
припущенное	163	44	—	—	—	—	105	13[7]	91	18	75
»	218	44	—	—	—	—	140	13[7]	122	18	100
»	271	44	—	—	—	—	175	13[7]	152	18	125
жареное	159	44	—	—	—	—	102	13[7]	89/94	20	75
»	213	44	—	—	—	—	137	13[7]	119/125	20	100
»	266	44	—	—	—	—	171	13[7]	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	172	47	—	—	—	—	107	15[7]	91	18	75
»	230	47	—	—	—	—	144	15[7]	122	18	100
»	287	47	—	—	—	—	179	15[7]	152	18	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	168	47	—	—	—	—	105	15[7]	89/94	20	75
»	225	47	—	—	—	—	140	15[7]	119/125	20	100
»	281	47	—	—	—	—	175	15[7]	149/156	20	125
запеченное	168	47	—	—	—	—	105	15[7]	89/94	20	75
»	225	47	—	—	—	—	140	15[7]	119/125	20	100
»	281	47	—	—	—	—	175	15[7]	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	186	51	—	—	—	—	112	19[7]	91	18	75
»	249	51	—	—	—	—	151	19[7]	122	18	100
»	310	51	—	—	—	—	188	19[7]	152	18	125
жареное	182	51	—	—	—	—	110	19[7]	89/94	20	75
»	243	51	—	—	—	—	147	19[7]	119/125	20	100
»	304	51	—	—	—	—	184	19[7]	149/156	20	125
запеченное	182	51	—	—	—	—	110	19[7]	89/94	20	75
»	243	51	—	—	—	—	147	19[7]	119/125	20	100
»	304	51	—	—	—	—	184	19[7]	149/156	20	125
Окунь морской потрошеный обезглавленный											
Непластованный кусками:											
отварной	113	17[6]	—	—	115	18[6]	—	—	94	20	75
»	151	17[6]	—	—	152	18[6]	—	—	125	20	100
»	188	17[6]	—	—	190	18[6]	—	—	156	20	125
припущенный	110	17[6]	—	—	111	18[6]	—	—	91	18	75
»	147	17[6]	—	—	149	18[6]	—	—	122	18	100
»	183	17[6]	—	—	185	18[6]	—	—	152	18	125
жареный	107	17[6]	—	—	109	18[6]	—	—	89/94	20	75
»	143	17[6]	—	—	145	18[6]	—	—	119/125	20	100
»	180	17[6]	—	—	182	18[6]	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	129	27	—	—	—	—	108	13[7]	94	20	75
»	171	27	—	—	—	—	144	13[7]	125	20	100
»	214	27	—	—	—	—	179	13[7]	156	20	125
припущенное	125	27	—	—	—	—	105	13[7]	91	18	75
»	167	27	—	—	—	—	140	13[7]	122	18	100
»	208	27	—	—	—	—	175	13[7]	152	18	125
жареное	122	27	—	—	—	—	102	13[7]	89/94	20	75
»	163	27	—	—	—	—	137	13[7]	119/125	20	100
»	204	27	—	—	—	—	171	13[7]	149/156	20	125

Филе с кожей, без костей:											
припущенное	130	30	—	—	—	—	107	15[7]	91	18	75
»	174	30	—	—	—	—	144	15[7]	122	18	100
»	217	30	—	—	—	—	179	15[7]	152	18	125
жареное	127	30	—	—	—	—	105	15[7]	89/94	20	75
»	170	30	—	—	—	—	140	15[7]	119/125	20	100
»	213	30	—	—	—	—	175	15[7]	149/156	20	125
запеченное	127	30	—	—	—	—	105	15[7]	89/94	20	75
»	170	30	—	—	—	—	140	15[7]	119/125	20	100
»	213	30	—	—	—	—	175	15[7]	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	138	34	—	—	—	—	112	19[7]	91	18	75
»	185	34	—	—	—	—	151	19[7]	122	18	100
»	230	34	—	—	—	—	188	19[7]	152	18	125
жареное	135	34	—	—	—	—	110	19[7]	89/94	20	75
»	180	34	—	—	—	—	147	19[7]	119/125	20	100
»	226	34	—	—	—	—	184	19[7]	149/156	20	125
жаренное во фритюре	102	34	—	—	—	—	83	19[7]	67/89	16	75
»	139	34	—	—	—	—	114	19[7]	92/119	16	100
»	174	34	—	—	—	—	142	19[7]	115/149	16	125
запеченное	135	34	—	—	—	—	110	19[7]	89/94	20	75
»	180	34	—	—	—	—	147	19[7]	119/125	20	100
»	226	34	—	—	—	—	184	19[7]	149/156	20	125
Филе окуня морского, необесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
отварное	—	—	100	6[4]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	133	6[4]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	166	6[4]	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	97	6[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	130	6[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	162	6[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	95	6[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	127	6[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	159	6[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренное во фритюре	—	—	71	6[4]	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	98	6[4]	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	122	6[4]	—	—	—	—	115/149	16	125
Окунь морской потрошеный обезглавленный, соленый											
Непластованный кусками:											
отварной	105	14	—	—	105	14	—	—	90	17	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварной	140	14	—	—	140	14	—	—	120	17	100
»	176	14	—	—	176	14	—	—	151	17	125
жареный	93	14	—	—	93	14	—	—	80/89	16	75
»	124	14	—	—	124	14	—	—	107/119	16	100
»	156	14	—	—	156	14	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	118	24	—	—	118	24	—	—	90	17	75
»	158	24	—	—	158	24	—	—	120	17	100
»	199	24	—	—	199	24	—	—	151	17	125
жареное	104	24	—	—	104	24	—	—	79/88	15	75
»	139	24	—	—	139	24	—	—	106/118	15	100
»	174	24	—	—	174	24	—	—	132/147	15	125
запеченное	104	24	—	—	104	24	—	—	79/88	15	75
»	139	24	—	—	139	24	—	—	106/118	15	100
»	174	24	—	—	174	24	—	—	132/147	15	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	123	27	—	—	125	28	—	—	90	17	75
»	164	27	—	—	167	28	—	—	120	17	100
»	207	27	—	—	210	28	—	—	151	17	125
жареное	108	27	—	—	110	28	—	—	79/88	15	75
»	145	27	—	—	147	28	—	—	106/118	15	100
»	181	27	—	—	183	28	—	—	132/147	15	125
запеченное	108	27	—	—	110	28	—	—	79/88	15	75
»	145	27	—	—	147	28	—	—	106/118	15	100
»	181	27	—	—	183	28	—	—	132/147	15	125
Окунь морской неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	—	—	177	47	98	4	94	20	75
»	—	—	—	—	236	47	130	4	125	20	100
»	—	—	—	—	294	47	163	4	156	20	125
припущенный	—	—	—	—	172	47	95	4	91	18	75
»	—	—	—	—	230	47	127	4	122	18	100
»	—	—	—	—	287	47	158	4	152	18	125
жареный	—	—	—	—	168	47	93	4	89/94	20	75
»	—	—	—	—	225	47	124	4	119/125	20	100
»	—	—	—	—	281	47	155	4	149/156	20	125

жаренный во фритюре	—	—	—	—	126	47	—	—	67/89	16	75
»	—	—	—	—	174	47	—	—	92/119	16	100
»	—	—	—	—	217	47	—	—	115/149	16	125
Омуль неразделанный[1]											
Целый, с головой:											
жареный	—	—	106	19	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	143	19	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	179	19	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	83	19	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	114	19	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	142	19	—	—	—	—	115/149	16	125
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	125	31	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	168	31	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	210	31	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	97	31	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	133	31	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	167	31	—	—	—	—	115/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	—	—	149	37	—	—	100	6	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	133	6	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	166	6	156	20	125
жареное	—	—	137	37	—	—	91	6	86/91	18	75
»	—	—	184	37	—	—	123	6	116/122	18	100
»	—	—	230	37	—	—	154	6	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	157	40	—	—	103	9	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	137	9	125	20	100
»	—	—	260	40	—		171	9	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	148	40	—	—	98	9	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	131	9	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	164	9	149/156	20	125
жаренное во фритюре	—	—	115	40	—	—	76	9	69/91	18	75
»	—	—	158	40	—	—	104	9	95/122	18	100
»	—	—	197	40	—	—	130	9	118/152	18	125
запеченное	—	—	148	40	—	—	98	9	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	131	9	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	164	9	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	—	—	168	44	—	—	108	13	94	20	75
»	—	—	223	44	—	—	144	13	125	20	100
»	—	—	279	44	—	—	179	13	156	20	125
жареное	—	—	159	44	—	—	102	13	89/94	20	75
»	—	—	213	44	—	—	137	13	119/125	20	100
»	—	—	266	44	—	—	171	13	149/156	20	125
жаренное во фритюре	—	—	123	44	—	—	79	13	69/91	18	75
»	—	—	170	44	—	—	109	13	95/122	18	100
»	—	—	211	44	—	—	136	13	118/152	18	125
запеченное	—	—	159	44	—	—	102	13	89/94	20	75
»	—	—	213	44	—	—	137	13	119/125	20	100
»	—	—	266	44	—	—	171	13	149/156	20	125
Палтус чернокорый потрошеный с головой[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	145	35	—	—	—	—	94	20	75
»	-	—	192	35	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	140	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	-	—	152	18	125
жареный	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»		—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	- -	—	92/119	16	100
»	—		177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
запеченный	- -	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125

жаренный в сухарях на рашпере	—	—	111	35	—	—	—	—	72/89	16	75
то же	—	—	148	35	—	—	—	—	96/119	16	100
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/149	16	125
Палтус чернокорый (кроме корейского и китайского) потрошеный обезглавленный[1]											
Непластованный кусками:											
припущенный	—	—	98	7	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	131	7	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	163	7	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	92	7	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	125	7	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	156	7	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	72	7	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	99	7	—		—	—	92/119	16	100
»	—	—	124	7	—	—	—	—	115/149	16	125
Палтус белокорый потрошеный с головой[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	127	26	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	169	26	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	211	26	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	116	26	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	157	26	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	196	26	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе палтуса необесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренное во фритюре	—	—	73	8[4]	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	100	8[4]	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	125	8[4]	—	—	—	—	115/149	16	125
Палья неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварная	—	—	132	29	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	176	29	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	220	29	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	128	29	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	172	29	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	214	29	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	125	29	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	168	29	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	210	29	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	147	36	—	—	101	7	94	20	75
»	—	—	195	36	—	—	134	7	125	20	100
»	—	—	244	36	—	—	168	7	156	20	125
припущенное	—	—	142	36	—	—	98	7	91	18	75
»	—	—	191	36	—	—	131	7	122	18	100
»	—	—	238	36	—	—	163	7	152	18	125
жареное	—	—	139	36	—	—	96	7	89/94	20	75
»	—	—	186	36	—	—	128	7	119/125	20	100
»	—	—	233	36	—	—	160	7	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	157	40	—	—	106	11	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	140	11	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	175	11	156	20	125
припущенное	—	—	152	40	—	—	102	11	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	137	11	122	18	100
»	—	—	253	40	—	—	171	11	152	18	125
жареное	—	—	148	40	—	—	100	11	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	134	11	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	167	11	149/156	20	125
запеченное	—	—	148	40	—	—	100	11	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	134	11	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	167	11	149/156	20	125
Парусник неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	121	22	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	160	22	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	200	22	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	114	22	—	—	—	—	89/94	20	75

»	—	—	153	22	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	191	22	—	—	—	—	149/156	20	125
Пеламида (кроме океанической) неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	145	35	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	192	35	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	137	35	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	—	—	149/156	20	125
Пелингас неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	149	37	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	141	37	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	189	37	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	237	37	—	—	—	—	149/156	20	125
Пелядь (сырок) неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	134	30	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	223	30	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	127	30	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченная	—	—	127	30	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—		213	30	—	—	—	—	149/156	20	125
Петух морской неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	147	36	—	—	—	—	94	20	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварной	—	—	195	36	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	244	36	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	139	36	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	186	36	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	233	36	—	—	—	—	149/156	20	125
Пикша неразделанная (см. треска неразделанная)											
Пикша потрошеная обезглавленная (см. треска потрошеная обезглавленная)											
Пристипома неразделанная[1]											
Целая без головы:											
отварная	—	—	146	41	—	—	—	—	86	13	75
»	—	—	195	41	—	—	—	—	115	13	100
»	—	—	244	41	—	—	—	—	144	13	125
припущенная	—	—	142	41	—	—	—	—	84	11	75
»	—	—	190	41	—	—	—	—	112	11	100
»	—	—	237	41	—	—	—	—	140	11	125
жареная	—	—	132	41	—	—	—	—	78/83	10	75
»	—	—	178	41	—	—	—	—	105/111	10	100
»	—	—	224	41	—	—	—	—	132/139	10	125
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	157	42	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	210	42	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	262	42	—	—	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	153	42	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	205	42	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	257	42	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	138	42	—	—	—	—	80/85	12	75
»	—	—	186	42	—	—	—	—	108/114	12	100
»	—	—	233	42	—	—	—	—	135/142	12	125
Путассу неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	131	33	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	176	33	—	—	—	—	118	15	100

»	—	—	219	33	—	—	—	—	147	15	125
припущенный	—	—	131	33	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	176	33	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	219	33	—	—	—	—	147	15	125
жареный	—	—	125	33	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	169	33	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	212	33	—	—	—	—	142/149	16	125
жаренный во фритюре	—	—	100	33	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	137	33	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	172	33	—	—	—	—	115/149	16	125
Пыжьян неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	134	30	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	223	30	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	127	30	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30	—	—	—	—	149/156	20	125
Рыбец каспийский неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	140	33	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	187	33	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	233	33	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченный	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
Ряпушка беломорская и сибирская неразделанная[1]											
Целая, с головой:											
припущенная	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	103	14	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	138	14	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	173	14	—	—	—	—	149/156	20	125
Сабля-рыба (океаническая) неразделанная[1]											

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Сабля-рыба океаническая потрошеная обезглавленная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	102	8	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	136	8	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	170	8	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	102	8	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	136	8	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	170	8	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	97	8	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	129	8		—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	162	8	—	—	—	—	149/156	20	125
Сабля-рыба океаническая черная (угольщик) неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	134	33	—	—	—	—	90	17	75
»		—	179	33	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	225	33	—	—	—	—	151	17	125
припущенная	—	—	133	33	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	127	33	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	170	33	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	215	33	—	·	—	—	144/151	17	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	161	44	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	214	44	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	270	44	—	—	-	—	151	17	125
припущенное	—	—	159	44	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	213	44	—	—	—	—	119	16	100

»	—	—	266	44	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	152	44	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	204	44	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	257	44	—	—	—	—	144/151	17	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	167	46	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	222	46	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	280	46	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	165	46	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	220	46	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	276	46	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	157	46	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	211	46	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	267	46	—	—	—	—	144/151	17	125
Сабля-рыба океаническая черная (угольщик) потрошеная обезглавленная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	99	9	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	132	9	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	166	9	—	—	—	—	151	17	125
припущенная	—	—	98	9	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	131	9	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	164	9	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	93	9	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	125	9	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	158	9	—	—	—	—	144/151	17	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	115	22	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	154	22	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	194	22	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	114	22	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	153	22	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	191	22	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	109	22	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	146	22	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	185	22	—	—	—	—	144/151	17	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	118	24	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	158	24	—	—	—	—	120	17	100

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварное	—	—	199	24	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	117	24	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	157	24	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	196	24	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	112	24	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	150	24	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	189	24	—	—	—	—	144/151	17	125
Сазан неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	159	41	—	—	165	43	—	—	94	20	75
»	212	41	—	—	219	43	—		125	20	100
»	264	41	—	—	274	43	—	—	156	20	125
жареный	151	41	—	—	156	43	—		89/94	20	75
»	202	41	—	—	209	43	—	—	119/125	20	100
»	253	41	—	—	261	43	—		149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	177	47	—	—	192	51	109	14	94	20	75
»	236	47	—	—	255	51	145	14	125	20	100
»	294	47	—	—	318	51	181	14	156	20	125
припущенное	172	47	—	—	186	51	106	14	91	18	75
»	230	47		—	249	51	142	14	122	18	100
»	287	47	—	—	310	51	177	14	152	18	125
жареное	168	47	—	—	182	51	103	14	89/94	20	75
»	225	47	—	—	243	51	138	14	119/125	20	100
»	281	47	—	—	304	51	173	14	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	186	51	—	—	202	55	115	21	91	18	75
»	249	51	—	—	271	55	154	21	122	18	100
»	310	51	—		338	55	192	21	152	18	125
жареное	182	51	—	—	198	55	113	21	89/94	20	75
»	243	51	—	—	264	55	151	21	119/125	20	100
»	304	51		—	331	55	189	21	149/156	20	125
запеченное	182	51	—		198	55	113	21	89/94	20	75
»	243	51	—	—	264	55	151	21	119/125	20	100
»	304	51	—	—	331	55	189	21	149/156	20	125
Филе сазана, выпускаемое промышленностью:											

припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	97	8[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	129	8[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	162	8[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	97	8[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	129	8[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	162	8[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
Салака неразделанная[1]											
Целая, с головой:											
припущенная	—	—	111	15[3]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	147	15[3]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	184	15[3]	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	108	15[3]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	146	15[3]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	182	15[3]	—	—	—	—	155/162	23	125
жаренная во фритюре	—	—	76	15[3]	—	—	—	—	65/90	17	75
»	—	—	104	15[3]	—	—	—	—	88/120	17	100
»	—	—	132	15[3]	—	—	—	—	112/151	17	125
Целая, без головы:											
припущенная	—	—	134	30[3]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30[3]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	223	30[3]	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	131	30[3]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	177	30[3]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	221	30[3]	—	—	—	—	155/162	23	125
жаренная во фритюре	—	—	93	30[3]	—	—	—	—	65/90	17	75
»	—	—	126	30[3]	—	—	—	—	88/120	17	100
»	—	—	160	30[3]	—	—	—	—	112/151	17	125
Сайда обезглавленная потрошеная крупная (см. треска потрошеная обезглавленная крупная)											
Сайда неразделанная мелкая (см. треска неразделанная мелкая)											
Филе сайды необесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
отварное	—	—	99	4[4]	—	—	—	—	95	21	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварное	—	—	132	4[4]	—		—	—	127	21	100
»	—	—	165	4[4]	—	—	—	—	158	21	125
припущенное	—	—	95	4[4]	—		—	—	91	18	75
»	—	—	127	4[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	158	4[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	93	4[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	124	4[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	155	4[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
Сардины мексиканские, марокканские неразделанные[1]											
Целые, без головы:											
отварные, припущенные	—	—	144	37	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	194	37	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	241	37	—	—	—	—	152	18	125
жареные	—	—	137	37	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	184	37	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	230	37	—	—	—	—	145/152	18	125
Целые, с головой:											
отварные, припущенные	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
жареные	—	—	116	26	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	157	26	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	196	26	—	—	—	—	145/152	18	125
Сардины (кроме мексиканских и марокканских) неразделанные[1]											
Непластованные:											
отварные	—	—	138	34	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	185	34	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	230	34	—	—	—	—	152	18	125
жареные	—	—	130	34	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	176	34	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	220	34	—	—	—	—	145/152	18	125
Сардинелла неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	128	32	—	—	—	—	87	14	75

	—	—	171	32	—	—	—	—	116	14	100
»	—	—	213	32	—	—	—	—	145	14	125
припущенная	—	—	125	32	—	—	—	—	85	12	75
»	—	—	168	32	—	—	—	—	114	12	100
»	—	—	209	32	—	—	—	—	142	12	125
жареная	—	—	118	32	—	—	—	—	80/85	12	75
»	—	—	159	32	—	—	—	—	108/114	12	100
»	—	—	199	32	—	—	—	—	135/142	12	125
жаренная во фритюре	—	—	99	32	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	135	32	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	169	32	—	—	—	—	115/149	16	125
Сардинопс неразделанный[1]											
Целый, без головы:											
жареный	—	—	137	37	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	184	37	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	230	37	—	—	—	—	145/152	18	125
Сельдь неразделанная[1]											
Целая, с головой:											
отварная	—	—	118	20	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	156	20	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	195	20	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	108	20	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	145	20	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	181	20	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренная во фритюре		—	84	20	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	115	20	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	144	20	—	—	—	—	115/149	16	125
Целая, без головы:											
отварная	—	—	145	35	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	192	35	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	—	—	156	20	125
жареная		—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренная во фритюре	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
жаренная в сухарях на рашпере	—	—	111	35	—	—	—	—	72/89	16	75
»	—	—	148	35	—	—	—	—	96/119	16	100
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/149	16	125
жаренная без сухарей на рашпере	—		140	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренная без сухарей на рашпере	—	—	234	35	—	—	—	—	152	18	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	156	45	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	211	45	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	264	45	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренное во фритюре	—	—	122	45	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	167	45	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	209	45	—	—	—	—	115/149	16	125
запеченное	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—		—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125
Сериолелла неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
припущенная	—	—	165	45	—	—	—		91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	155	45	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	207	45	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—		262	45	—	—	—	—	144/151	17	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	—	—	190	52	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	254	52	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	317	52	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	177	52	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	238	52	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	300	52	—	—	—	—	144/151	17	125
Сиг амурский неразделанный[1]											
Целый, с головой:											
отварной	—	—	118	20	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	156	20	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	195	20	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	108	20	—		—	—	86/91	18	75
»	—	—	145	20	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	181	20	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	84	20	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	115	20	—	—	—	—	92/119	16	100

»	—	—	144	20	—		—	—	115/149	16	125
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	134	30	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30	—	—		—	125	20	100
»	—	—	223	30	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	130	30	—	—	—		91	18	75
»	—	—	174	30	—	—		—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	123	30	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	166	30	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	207	30	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	157	40	—	—	104	10	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	139	10	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	173	10	156	20	125
припущенное	—	—	157	40	—	—	104	10	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	139	10	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	173	10	156	20	125
жареное	—	—	143	40	—	—	96	10	86/91	18	75
»	—	—	193	40	—	—	129	10	116/122	18	100
»	—	—	242	40	—	—	161	10	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	168	44	—	—	109	14	94	20	75
»	—	—	223	44	—	—	145	14	125	20	100
»	—	—	279	44	—	—	181	14	156	20	125
жареное	—	—	154	44	—	—	100	14	86/91	18	75
»	—	—	207	44	—	—	135	14	116/122	18	100
»	—	—	259	44	—	—	169	14	145/152	18	125
жаренное во фритюре	—	—	120	44	—	—	78	14	67/89	16	75
»	—	—	164	44	—	—	107	14	92/119	16	100
»	—	—	205	44	—	—	134	14	115/149	16	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	—	—	177	47	—	—	113	17	94	20	75
»	—	—	236	47	—	—	151	17	125	20	100
»	—	—	294	47	—	—	188	17	156	20	125
жареное	—	—	162	47	—	—	104	17	86/91	18	75
»	—	—	219	47	—	—	140	17	116/122	18	100
»	—	—	274	47	—	—	175	17	145/152	18	125
жаренное во фритюре	—	—	126	47	—	—	81	17	67/89	16	75
»	—	—	174	47	—	—	111	17	92/119	16	100
»	—	—	217	47	—	—	139	17	115/149	16	125
жаренное в сухарях на рашпере	—	—	136	47	—	—	87	17	72/89	16	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренное в сухарях на рашпере											
»	—	—	181	47	—	—	116	17	96/119	16	100
»	—	—	225	47	—	—	143	17	119/149	16	125
жаренное без сухарей на рашпере	—	—	172	47	—	—	110	17	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	147	17	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	183	17	152	18	125
Сквама неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—		—	152	18	125
жареная	—	—	165	46	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	220	46	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	276	46	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	217	58	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	290	58	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	362	58	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	217	58	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	290	58	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	362	58	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	212	58	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	283	58	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	355	58	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	228	60	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	305	60	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	380	60	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	228	60	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	305	60	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	380	60	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	223	60	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	298	60	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	373	60	—	—	—	—	149/156	20	125

Филе без кожи и костей:											
отварное	—	—	253	64	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	339	64		—	—	—	122	18	100
»	—	—	422	64	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	253	64	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	339	64	—	—	—		122	18	100
»	—	—	422	64		—	—	—	152	18	125
жареное		—	247	64		—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	331	64	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	414	64	—	—	—		149/156	20	125
Сквама потрошеная обезглавленная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	102	11	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	137	11	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	171	11	—	—	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	102	11	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	137	11	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	171	11	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—		100	11	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—		134	11		—	—	—	119/125	20	100
»		—	167	11	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	120	24	—		—	—	91	18	75
»	—	—	161	24	—	—	—		122	18	100
»	—	—	200	24	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	120	24	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	161	24	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	200	24	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	117	24	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	157	24	—		—	—	119/125	20	100
»	—	—	196	24	—	—		—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	123	26	—		—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	120	26	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	161	26	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	201	26	—	—	—	—	149/156	20	125

20—65

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе без кожи и костей:											
отварное	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	127	30	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30	—	—	—	—	149/156	20	125
Скумбрия азово-черноморская неразделанная											
Целая, с головой:											
жареная	—	—	—	—	103	14	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	138	14	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	173	14	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	—	—	78	14	—	—	67/89	16	75
»	—	—	—	—	107	14	—	—	92/119	16	100
»	—	—	—	—	134	14	—	—	115/149	16	125
Непластованная кусками:											
отварная	132	29	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	176	29	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	220	29	—	—	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	128	29	—	—	—	—	—	—	91	18	75
»	172	29	—	—	—	—	—	—	122	18	100
»	214	29	—	—	—	—	—	—	152	18	125
жареная	125	29	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	168	29	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	210	29	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	94	29	—	—	—	—	—	—	67/89	16	75
»	130	29	—	—	—	—	—	—	92/119	16	100
»	162	29	—	—	—	—	—	—	115/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	149	37	—	—	—	—	102	8	94	20	75
»	198	37	—	—	—	—	136	8	125	20	100
»	248	37	—	—	—	—	170	8	156	20	125

припущенное	144	37	—	—	—	—	99	8	91	18	75
»	194	37	—	—	—	—	133	8	122	18	100
»	241	37	—	—	—	—	165	8	152	18	125
жареное	141	37	—	—	—	—	97	8	89/94	20	75
»	189	37	—	—	—	—	129	8	119/125	20	100
»	237	37	—	—	—	—	162	8	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	154	41	—	—	—	—	—	—	91	18	75
»	207	41	—	—	—	—	—	—	122	18	100
»	258	41	—	—	—	—	—	—	152	18	125
жареное	151	41	—		—	—	—	—	89/94	20	75
»	202	41	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	253	41	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренное во фритюре	114	41	—	—	—	—	—	—	67/89	16	75
»	156	41	—	—	—	—	—	—	92/119	16	100
»	195	41	—	—	—	—	—	—	115/149	16	125
запеченное	151	41	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	202	41	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	253	41	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
Скумбрия океаническая (атлантическая) неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	142	34	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	189	34	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	236	34	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	138	34	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	185	34	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	230	34	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	135	34	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	180	34	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	226	34	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	102	34	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	139	34	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	174	34		—	—	—	115/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	—	—	160	43	—	—	99	8	91	18	75
»	—	—	214	43	—	—	133	8	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	165	8	152	18	125
жареное	—	—	156	43	—	—	97	8	89/94	20	75
»	—	—	209	43	—	—	129	8	119/125	20	100
»	—	—	261	43	—	—	162	8	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Скумбрия азово-черноморская неразделанная, соленая											
Целая, с головой:											
отварная	—	—	—		104	15	—	—	88	15	75
»	—	—	—	—	139	15	—	—	118	15	100
»	—	—	—	—	173	15	—	—	147	15	125
жареная	—	—	—	—	91	15	—	—	77/86	13	75
»	—	—	—	—	121	15	—	—	103/115	13	100
»	—	—	—	—	152	15	—	—	129/144	13	125
Непластованная кусками:											
отварная	129	32	—	—	—	—	—	—	88	15	75
»	174	32	—	—	—	—	—	—	118	15	100
»	216	32	—	—	—	—	—	—	147	15	125
жареная	113	32	—	—	—	—	—	—	77/86	13	75
»	151	32	—	—	—	—	—	—	103/115	13	100
»	190	32	—	—	—	—	-	—	129/144	13	125
Скумбрия дальневосточная неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	145	35	—	—	99	5	94	20	75
»	—	—	192	35	—	—	132	5	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	164	5	156	20	125
припущенная	—	—	140	35	—	—	96	5	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	128	5	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	160	5	152	18	125
жареная	—	—	137	35	—	—	94	5	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	125	5	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	157	5	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	165	43	—	—	—	—	94	20	75

»	—	—	219	43	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	274	43	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	160	43	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	214	43	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	156	43	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	209	43	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	261	43	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	174	46	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	231	46	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	289	46	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	165	46	—		—	—	89/94	20	75
»	—	—	220	46	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	276	46	—	—	—	—	149/156	20	125
Солнечник неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	171	45	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	165	45	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125
Сом (кроме океанического) неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	155	38	—	—	155	38	—	—	96	22	75
»	206	38	—	—	206	38	—	—	128	22	100
»	258	38	—	—	258	38	—	—	160	22	125
припущенный	147	38	—	—	147	38	—	—	91	18	75
»	197	38		—	197	38	—	—	122	18	100
»	245	38	—	—	245	38	—	—	152	18	125
жареный	148	38	—	—	148	38	—	—	92/97	23	75
»	200	38	—	—	200	38	—	—	124/130	23	100
»	250	38	—	—	250	38	—	—	155/162	23	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	185	48	—	—	192	50	109	12	96	22	75
»	246	48	—	—	256	50	145	12	128	22	100
»	308	48	—	—	320	50	182	12	160	22	125
припущенное	175	48	—	—	182	50	103	12	91	18	75
»	235	48	—	—	244	50	139	12	122	18	100
»	292	48	—	—	304	50	173	12	152	18	125
жареное	177	48	—	—	184	50	105	12	92/97	23	75
»	238	48	—	—	248	50	141	12	124/130	23	100
»	298	48	—	—	310	50	176	12	155/162	23	125
запеченное	177	48	—	—	184	50	105	12	92/97	23	75
»	238	48	—	—	248	50	141	12	124/130	23	100
»	298	48	—	—	310	50	176	12	155/162	23	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	192	50	—	—	200	52	112	14	96	22	75
»	256	50	—	—	267	52	149	14	128	22	100
»	320	50	—	—	333	52	186	14	160	22	125
припущенное	182	50	—	—	190	52	106	14	91	18	75
»	244	50	—	—	254	52	142	14	122	18	100
»	304	50	—	—	317	52	177	14	152	18	125
жареное	184	50	—	—	192	52	107	14	92/97	23	75
»	248	50	—	—	258	52	144	14	124/130	23	100
»	310	50	—	—	323	52	180	14	155/162	23	125
запеченное	184	50	—	—	192	52	107	14	92/97	23	75
»	248	50	—	—	258	52	144	14	124/130	23	100
»	310	50	—	—	323	52	180	14	155/162	23	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	202	55	—	—	212	57	112	19	91	18	75
»	271	55	—	—	284	57	151	19	122	18	100
»	338	55	—	—	353	57	188	19	152	18	125
жареное	204	55	—	—	214	57	114	19	92/97	23	75
»	276	55	—	—	288	57	153	19	124/130	23	100
»	344	55	—	—	360	57	191	19	155/162	23	125
жаренное во фритюре	153	55	—	—	160	57	85	19	69/91	18	75
»	211	55	—	—	221	57	117	19	95/122	18	100
»	262	55	—	—	274	57	146	19	118/152	18	125
запеченное	204	55	—	—	214	57	114	19	92/97	23	75
»	276	55	—	—	288	57	153	19	124/130	23	100

»	344	55	—	—	360	57	191	19	155/162	23	125
Филе сома, выпускаемое промышленностью:											
отварное	—	—	104	8[4]	—	—	—	—	96	22	75
»	—	—	139	8[4]	—	—	—	—	128	22	100
»	—	—	174	8[4]	—	—	—	—	160	22	125
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	100	8[4]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	135	8[4]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	168	8[4]	—	—	—	—	155/162	23	125
запеченное	—	—	100	8[4]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	135	8[4]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	168	8[4]	—	—	—	—	155/162	23	125
Сом (кроме океанического) потрошеный с головой											
Непластованный кусками:											
отварной	145	34	—	—	—	—	—	—	96	22	75
»	194	34	—	—	—	—	—	—	128	22	100
»	242	34	—	—	—	—	—	—	160	22	125
жареный	139	34	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75
»	188	34	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	235	34	—	—	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	166	42	—	—	—	—	—	—	96	22	75
»	221	42	—	—	—	—	—	—	128	22	100
»	276	42	—	—	—	—	—	—	160	22	125
жареное	159	42	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75
»	214	42	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	267	42	—	—	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	175	45	—	—	—	—	—	—	96	22	75
»	233	45	—	—	—	—	—	—	128	22	100
»	291	45	—	—	—	—	—	—	160	22	125
жареное	167	45	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75
»	225	45	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	282	45	—	—	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	184	50	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	248	50	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	310	50	—	—	—	—	—	—	155/162	23	125
запеченное	184	50	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75
»	248	50	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	310	50	—	—	—	—	—	—	155/162	23	125
Сом (кроме океанического) потрошеный, с головой, соленый											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	113	21	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	151	21	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	189	21	—	—	—	—	149	16	125
жареный	—	—	99	21	—	—	—	—	78/87	14	75
»	—	—	132	21	—	—	—	—	104/116	14	100
»	—	—	165	21	—	—	—	—	130/145	14	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	129	30	—	—	102	12	90	17	75
»	—	—	171	30	—	—	136	12	120	17	100
»	—	—	216	30	—	—	172	12	151	17	125
жареное	—	—	113	30	—	—	90	12	79/88	15	75
»	—	—	151	30	—	—	120	12	106/118	15	100
»	—	—	189	30	—	—	150	12	132/147	15	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	146	46	—	—	98	19	79/88	15	75
»	—	—	196	46	—	—	131	19	106/118	15	100
»	—	—	244	46	—	—	163	19	132/147	15	125
запеченное	—	—	146	46	—	—	98	19	79/88	15	75
»	—	—	196	46	—	—	131	19	106/118	15	100
»	—	—	244	46	—	—	163	19	132/147	15	125
Ставрида азово-черноморская неразделанная											
Целая, с головой:											
припущенная	—	—	—	—	111	15	—	—	94	20	75
»	—	—	—	—	147	15	—	—	125	20	100
»	—	—	—	—	184	15	—	—	156	20	125
жареная	—	—	—	—	105	15	—	—	89/94	20	75

»	—	—	—	—	140	15	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	175	15	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	—	—	80	15	—	—	68/90	17	75
»	—	—	—	—	109	15	—	—	93/120	17	100
»	—	—	—	—	138	15	—	—	117/151	17	125
Непластованная кусками:											
припущенная	154	39	—	—	177	47	—		94	20	75
»	205	39	—	—	236	47	—	—	125	20	100
»	256	39	—	—	294	47	—	—	156	20	125
жареная	146	39	—	—	168	47	—	—	89/94	20	75
»	195	39	—	—	225	47	—	—	119/125	20	100
»	244	39	—	—	281	47	—	—	149/156	20	125
Ставрида океаническая неразделанная[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	154	39	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	205	39	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	256	39	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	149	39	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	141	39	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	190	39	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	238	39	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	—	—	186	51	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	249	51	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	310	51	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	176	51	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	237	51	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	296	51	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	198	54	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	265	54	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	330	54	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	187	54	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	252	54	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	315	54	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе ставриды океанической необесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	—	—	95	4^4	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	127	4^4	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	158	4^4	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	90	4^4	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	121	4^4	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	151	4^4	—	—	—	—	145/152	18	125
Судак неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	145	35	—	—	140	33	—	—	94	20	75
»	192	35	—	—	187	33	—	—	125	20	100
»	240	35	—	—	233	33	—	—	156	20	125
припущенный	140	35	—	—	136	33	—	—	91	18	75
»	188	35	—	—	182	33	—	—	122	18	100
»	234	35	—	—	227	33	—	—	152	18	125
жареный	132	35	—	—	128	33	—	—	86/91	18	75
»	178	35	—	—	173	33	—	—	116/122	18	100
»	223	35	—	—	216	33	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	171	45	—	—	165	43	112	16^8	94	20	75
»	227	45	—	—	219	43	149	16^8	125	20	100
»	284	45	—	—	274	43	186	16^8	156	20	125
припущенное	165	45	—	—	160	43	108	16^8	91	18	75
»	222	45	—	—	214	43	145	16^8	122	18	100
»	276	45	—	—	267	43	181	16^8	152	18	125
жареное	156	45	—	—	151	43	102	16^8	86/91	18	75
»	211	45	—	—	204	43	138	16^8	116/122	18	100
»	264	45	—	—	254	43	173	16^8	145/152	18	125
жаренное во фритюре	122	45	—	—	118	43	80	16^8	67/89	16	75
»	167	45	—	—	161	43	110	16^8	92/119	16	100
»	209	45	—	—	202	43	137	16^8	115/149	16	125
запеченное	156	45	—	—	151	43	102	16^8	86/91	18	75
»	211	45	—	—	204	43	138	16^8	116/122	18	100
»	264	45	—	—	254	43	173	16^8	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	178	49	—	—	175	48	118	23^8	91	18	75
»	239	49	—	—	235	48	158	23^8	122	18	100

»	298	49	—	—	292	48	197	23[8]	152	18	125
жареное	169	49	—	—	165	48	112	23[8]	86/91	18	75
»	227	49	—	—	223	48	151	23[8]	116/122	18	100
»	284	49	—	—	279	48	188	23[8]	145/152	18	125
запеченное	169	49	—	—	165	48	112	23[8]	86/91	18	75
»	227	49	—	—	223	48	151	23[8]	116/122	18	100
»	284	49	—	—	279	48	188	23[8]	145/152	18	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	190	52	—	—	186	51	126	28[8]	91	18	75
»	254	52	—	—	249	51	169	28[8]	122	18	100
»	317	52	—	—	310	51	211	28[8]	152	18	125
жареное	179	52	—	—	176	51	119	28[8]	86/91	18	75
»	242	52	—	—	237	51	161	28[8]	116/122	18	100
»	302	52	—	—	296	51	201	28[8]	145/152	18	125
жаренное во фритюре	140	52	—	—	137	51	93	28[8]	67/89	16	75
»	192	52	—	—	188	51	128	28[8]	92/119	16	100
»	240	52	—	—	235	51	160	28[8]	115/149	16	125
запеченное	179	52	—	—	176	51	119	28[8]	86/91	18	75
»	242	52	—	—	237	51	161	28[8]	116/122	18	100
»	302	52	—	—	296	51	201	28[8]	145/152	18	125
жаренное в сухарях на рашпере	150	52	—	—	147	51	100	28[8]	72/89	16	75
»	200	52	—	—	196	51	133	28[8]	96/119	16	100
»	248	52	—	—	243	51	165	28[8]	119/149	16	125
жаренное без сухарей на рашпере	190	52	—	—	186	51	126	28[8]	91	18	75
»	254	52	—	—	249	51	169	28[8]	122	18	100
»	317	52	—	—	310	51	211	28[8]	152	18	125
Филе судака, выпускаемое промышленностью:											
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
запеченное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
Судак потрошеный, с головой, соленый											
Непластованный кусками:											
отварной	122	26	—	—	122	26	—	—	90	17	75
»	162	26	—	—	162	26	—	—	120	17	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварной	204	26	—	—	204	26	—	—	151	17	125
жареный	108	26	—	—	108	26	—	—	80/89	16	75
»	145	26	—	—	145	26	—	—	107/119	16	100
»	181	26	—	—	181	26	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	141	36	—	—	141	36	107	16	90	17	75
»	188	36	—	—	188	36	143	16	120	17	100
»	236	36	—	—	236	36	180	16	151	17	125
жареное	123	36	—	—	123	36	94	16	79/88	15	75
»	166	36	—	—	166	36	126	16	106/118	15	100
»	206	36	—	—	206	36	157	16	132/147	15	125
запеченное	123	36	—	—	123	36	94	16	79/88	15	75
»	166	36	—	—	166	36	126	16	106/118	15	100
»	206	36	—	—	206	36	157	16	132/147	15	125
Таймень неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	154	39	—	—	102	8	94	20	75
»	—	—	205	39	—	—	136	8	125	20	100
»	—	—	256	39	—	—	170	8	156	20	125
припущенное	—	—	149	39	—	—	99	8	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	133	8	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	165	8	152	18	125
жареное	—	—	146	39	—	—	97	8	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	129	8	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	162	8	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	160	43	—	—	103	12	91	18	75

припущенное	—	—	214	43	—	—	139	12	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	173	12	152	18	125
жареное	—	—	156	43	—	—	101	12	89/94	20	75
»	—	—	209	43	—	—	135	12	119/125	20	100
»	—	—	261	43	—	—	169	12	149/156	20	125
Терпуг неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
жареный	—	—	128	35	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	172	35	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	215	35	—	—	—	—	140/147	15	125
жаренный во фритюре	—	—	102	35	—	—	—	—	66/88	15	75
»	—	—	140	35	—	—	—	—	91/118	15	100
»	—	—	174	35	—	—	—	—	113/147	15	125
Толстолобик неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	171	45	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	165	45	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	-	—	152	18	125
жареный	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	200	53	—	—	109	14	94	20	75
»	—	—	266	53	—	—	145	14	125	20	100
»	—	—	332	53	—	—	181	14	156	20	125
припущенное	—	—	194	53	—	—	106	14	91	18	75
»	—	—	260	53	—	—	142	14	122	18	100
»	—	—	323	53	—	—	177	14	152	18	125
жареное	—	—	189	53	—	—	103	14	89/94	20	75
»	—	—	253	53	—	—	138	14	119/125	20	100
»	—	—	317	53	—	—	173	14	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	212	57	—	—	115	21	91	18	75
»	—	—	284	57	—	—	154	21	122	18	100
»	—	—	353	57	—	—	192	21	152	18	125
жареное	—	—	207	57	—	—	113	21	89/94	20	75
»	—	—	277	57	—	—	151	21	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	189	21	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
запеченное	—	—	207	57	—	—	113	21	89/94	20	75
»	—	—	277	57	—	—	151	21	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	189	21	149/156	20	125
Треска неразделанная											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	—	—	160	43	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	214	43	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	267	43	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	—	—	160	43	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	214	43	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	267	43	—	—	152	18	125
жареная	—	—	—	—	156	43	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	209	43	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	261	43	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	—	—	190	52	103	12	91	18	75
»	—	—	—	—	254	52	139	12	122	18	100
»	—	—	—	—	317	52	173	12	152	18	125
припущенное	—	—	—	—	190	52	103	12	91	18	75
»	—	—	—	—	254	52	139	12	122	18	100
»	—	—	—	—	317	52	173	12	152	18	125
жареное	—	—	—	—	185	52	101	12	89/94	20	75
»	—	—	—	—	248	52	135	12	119/125	20	100
»	—	—	—	—	310	52	169	12	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	—	—	198	54	105	13	91	18	75
»	—	—	—	—	265	54	140	13	122	18	100
»	—	—	—	—	330	54	175	13	152	18	125
жареное	—	—	—	—	193	54	102	13	89/94	20	75
»	—	—	—	—	259	54	137	13	119/125	20	100
»	—	—	—	—	324	54	171	13	149/156	20	125
запеченное	—	—	—	—	193	54	102	13	89/94	20	75
»	—	—	—	—	259	54	137	13	119/125	20	100
»	—	—	—	—	324	54	171	13	149/156	20	125

Филе без кожи и костей:										
припущенное	—	—	—	—	217	58	107	15	91	18	75
»	—	—	—	—	290	58	144	15	122	18	100
»	—	—	—	—	362	58	179	15	152	18	125
жареное	—	—	—	—	212	58	105	15	89/94	20	75
»	—	—	—	—	283	58	140	15	119/125	20	100
»	—	—	—	—	355	58	175	15	149/156	20	125
запеченное	—	—	—	—	212	58	105	15	89/94	20	75
»	—	—	—	—	283	58	140	15	119/125	20	100
»	—	—	—	—	355	58	175	15	149/156	20	125
Треска потрошеная обезглавленная											
Непластованная кусками:											
отварная	105	13	—	—	107	15	—	—	91	18	75
»	140	13	—	—	144	15	—	—	122	18	100
»	175	13	—	—	179	15	—	—	152	18	125
припущенная	105	13	—	—	107	15	—	—	91	18	75
»	140	13	—	—	144	15	—	—	122	18	100
»	175	13	—	—	179	15	—	—	152	18	125
жареная	102	13	—	—	105	15	—	—	89/94	20	75
»	137	13	—	—	140	15	—	—	119/125	20	100
»	171	13	—	—	175	15	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	118	23	—	—	121	25	103	12	91	18	75
»	158	23	—	—	163	25	139	12	122	18	100
»	197	23	—	—	203	25	173	12	152	18	125
припущенное	118	23	—	—	121	25	103	12	91	18	75
»	158	23	—	—	163	25	139	12	122	18	100
»	197	23	—	—	203	25	173	12	152	18	125
жареное	116	23	—	—	119	25	101	12	89/94	20	75
»	155	23	—	—	159	25	135	12	119/125	20	100
»	194	23	—	—	199	25	169	12	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	120	24	—	—	125	27	105	13	91	18	75
»	161	24	—	—	167	27	140	13	122	18	100
»	200	24	—	—	208	27	175	13	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	117	24	—	—	122	27	102	13	89/94	20	75
»	157	24	—	—	163	27	137	13	119/125	20	100
»	196	24	—	—	204	27	171	13	149/156	20	125
запеченное	117	24	—	—	122	27	102	13	89/94	20	75
»	157	24	—	—	163	27	137	13	119/125	20	100
»	196	24	—	—	204	27	171	13	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	125	27	—	—	132	31	107	15	91	18	75
»	167	27	—	—	177	31	144	15	122	18	100
»	208	27	—	—	220	31	179	15	152	18	125
жареное	122	27	—	—	129	31	105	15	89/94	20	75
»	163	27	—	—	172	31	140	15	119/125	20	100
»	204	27	—	—	216	31	175	15	149/156	20	125
запеченное	122	27	—	—	129	31	105	15	89/94	20	75
»	163	27	—	—	172	31	140	15	119/125	20	100
»	204	27	—	—	216	31	175	15	149/156	20	125
Треска неразделанная соленая											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	—	—	130	31	—	—	90	17	75
»	—	—	—	—	174	31	—	—	120	17	100
»	—	—	—	—	219	31	—	—	151	17	125
жареная	—	—	—	—	116	31	—	—	80/89	16	75
»	—	—	—	—	155	31	—	—	107/119	16	100
»	—	—	—	—	194	31	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	—	—	150	40	—	—	90	17	75
»	—	—	—	—	200	40	—	—	120	17	100
»	—	—	—	—	252	40	—	—	151	17	125
жареное	—	—	—	—	132	40	—	—	79/88	15	75
»	—	—	—	—	177	40	—	—	106/118	15	100
»	—	—	—	—	220	40	—	—	132/147	15	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	—	—	149	47	—	—	79/88	15	75

»	—	—	—	—	200	47	—	—	106/118	15	100
»	—	—	—	—	249	47	—	—	132/147	15	125
запеченное	—	—	—		149	47	—	—	79/88	15	75
»	—	—	—		200	47	—	—	106/118	15	100
»	—	—	—	—	249	47	—	—	132/147	15	125
Треска обезглавленная потрошеная, соленая											
Непластованная кусками:											
отварная	102	12	—	—	102	12	—	—	90	17	75
»	136	12	—	—	136	12	—	—	120	17	100
»	172	12	—	—	172	12	—	—	151	17	125
жареная	91	12	—		91	12	—	—	80/89	16	75
»	122	12	—	—	122	12	—	—	107/119	16	100
»	152	12	—	—	152	12	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	115	22	—	—	115	22	—	—	90	17	75
»	154	22	—	—	154	22	—	—	120	17	100
»	194	22	—	—	194	22	—	—	151	17	125
жареное	108	22	—	—	108	22	—	—	84/89	16	75
»	137	22	—	—	137	22	—	—	107/119	16	100
»	172	22	—	—	172	22	—	—	134,149	16	125
запеченное	108	22	—	—	108	22	—	—	84/89	16	75
»	137	22	—	—	137	22	—	—	107/119	16	100
»	172	22	—	—	172	22	—	—	134'149	16	125
Филе трески обесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
отварное	—	—	101	6[4]	—	—	—	—	95	21	75
»	—	—	135	6[4]	—	—	—		127	21	100
»	—	—	168	6[4]	—		—	—	158	21	125
припущенное	—	—	97	6[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	130	6[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	162	6[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	95	6[4]	—	—	—	—	89 94	20	75
»	—	—	127	6[4]	—	—		—	119 125	20	100
»	—	—	159	6[4]	—	—	—	—	149 156	20	125
Филе трески необесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
отварное	—		99	4[4]	—	—	—		95	21	75
»	—		132	4[4]	—	—	—	—	127	21	100
»	—		165	4[4]	—			—	158	21	125
припущенное	—		95	4[4]	—	—	—	—	91	18	75
»			127	4[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	158	4[4]	—	—	—		152	18	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	93	4[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	124	4[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	155	4[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
Тюлька[1]											
Целая с головой:											
жаренная во фритюре	—	—	1359	8[3]	—	—	—		1250/1333	25	1000
Угорь неразделанный[1]											
Без головы и кожи, с костями:											
припущенный	—	—	121	25	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	163	25	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	203	25	—	—		—	152	18	125
отварной	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Угольная рыба потрошеная, с головой[1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Усач неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	—	—	136	31	—	—	94	20	75
»	—	—	—	—	181	31	—	—	125	20	100
»	—	—	—	—	226	31	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	—	—	132	31	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	177	31	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	220	31	—	—	152	18	125
жареный	—	—	—	—	129	31	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	172	31	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	216	31	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	144	37	—	—	149	39	99	8	91	18	75

»	194	37	—	—	200	39	133	8	122	18	100
»	241	37	—	—	249	39	165	8	152	18	125
жареное	141	37	—	—	146	39	97	8	89/94	20	75
»	189	37	—	—	195	39	129	8	119/125	20	100
»	237	37	—	—	244	39	162	8	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	152	40	—	—	154	41	101	10	91	18	75
»	203	40	—	—	207	41	136	10	122	18	100
»	253	40	—	—	258	41	169	10	152	18	125
жареное	148	40	—	—	151	41	99	10	89/94	20	75
»	198	40	—	—	202	41	132	10	119/125	20	100
»	248	40	—	—	253	41	166	10	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	160	43	—	—	163	44	105	13	91	18	75
»	214	43	—	—	218	44	140	13	122	18	100
»	267	43	—	—	271	44	175	13	152	18	125
жареное	156	43	—	—	159	44	102	13	89/94	20	75
»	209	43	—	—	213	44	137	13	119/125	20	100
»	261	43	—	—	266	44	171	13	149/156	20	125
жаренное во фритюре	118	43	—	—	120	44	77	13	67/89	16	75
»	161	43	—	—	164	44	106	13	92/119	16	100
»	202	43	—	—	205	44	132	13	115/149	16	125
Форель (кроме морской) неразделанная											
Целая, с головой:											
отварная	—	—	—	—	118	20	—	—	94	20	75
»	—	—	—	—	156	20	—	—	125	20	100
»	—	—	—	—	195	20	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	—	—	114	20	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	153	20	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	190	20	—	—	152	18	125
жареная	—	—	—	—	111	20	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	149	20	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	186	20	—	—	149/156	20	125
Непластованная кусками:											
отварная	127	26	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	169	26	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	211	26	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	123	26	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	165	26	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	205	26	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареная	120	26	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	161	26	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	201	26	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей и реберными костями:											
припущенное	138	34	149	39	—	—	99	8	91	18	75
»	185	34	200	39	—	—	133	8	122	18	100
»	230	34	249	39	—	—	165	8	152	18	125
жареное	135	34	146	39	—	—	97	8	89/94	20	75
»	180	34	195	39	—	—	129	8	119/125	20	100
»	226	34	244	39	—	—	162	8	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	149	39	157	42	—	—	102	11	91	18	75
»	200	39	210	42	—	—	137	11	122	18	100
»	249	39	262	42	—	—	171	11	152	18	125
жареное	146	39	153	42	—	—	100	11	89/94	20	75
»	195	39	205	42	—	—	134	11	119/125	20	100
»	244	39	257	42	—	—	167	11	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	160	43	165	45	—	—	106	14	91	18	75
»	214	43	222	45	—	—	142	14	122	18	100
»	267	43	276	45	—	—	177	14	152	18	125
жареное	156	43	162	45	—	—	103	14	89/94	20	75
»	209	43	216	45	—	—	138	14	119/125	20	100
»	261	43	271	45	—	—	173	14	149/156	20	125
жаренное в сухарях на рашпере	130	43	135	45	—	—	—	—	74/91	18	75
то же	174	43	180	45	—	—	—	—	99/122	18	100
»	214	43	222	45	—	—	—	—	122/152	18	125
жаренное без сухарей на рашпере	165	43	171	45	—	—	—	—	94	20	75
то же	219	43	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	274	43	284	45	—	—	—	—	156	20	125
Хамса неразделанная[1]											
Целая, с головой: жаренная во фритюре	—	—	1359	8[3]	—	—	—		1250/1333	25	1000
Хариус неразделанный[1]											
Целый, с головой: отварной	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75

»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119 125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	140	33	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	187	33	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	233	33		—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	136	33	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	182	33	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	227	33	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	159	41	—	—	102	8	94	20	75
»	—	—	212	41	—	—	136	8	125	20	100
»	—	—	264	41	—	—	170	8	156	20	125
припущенное	—	—	154	41	—	—	99	8	91	18	75
»	—	—	207	41	—	—	133	8	122	18	100
»	—	—	258	41	—	—	165	8	152	18	125
жареное	—	—	151	41	—	—	97	8	89/94	20	75
»	—	—	202	41	—	—	129	8	119/125	20	100
»	—	—	253	41	—	—	162	8	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	—	—	172	47	—	—	106	14	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	142	14	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	177	14	152	18	125
жареное	—	—	168	47	—	—	103	14	89/94	20	75
»	—	—	225	47	—	—	138	14	119/125	20	100
»	—	—	281	47	—	—	173	14	149/156	20	125
Хек серебристый неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
жареный	—	—	134	36	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	181	36	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	227	36	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
жареное	—	—	156	45	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	211	45		—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	264	45	—	—	—	—	145/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей, без костей:											
жареное	—	—	162	47	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	219	47	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	274	47	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	—	—	176	51	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	237	51	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	296	51	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе хека серебристого необесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
припущенное	—		110	10[4]	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	147	10[4]	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	182	10[4]	—	—	—	—	164	24	125
жареное	—	—	96	10[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	129	10[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	161	10[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
Хек серебристый потрошеный обезглавленный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	105	4	—	—	—	—	101	26	75
»	—	—	141	4	—	—	—	—	135	26	100
»	—	—	176	4	—	—	—	—	169	26	125
припущенный	—	—	103	4	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	138	4	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	171	4	—	—	—	—	164	24	125
жареный	—	—	90	4	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	121	4	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	151	4	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	64	4	—	—	—	—	61/83	10	75
»	—	—	88	4	—	—	—	—	84/111	10	100
»	—	—	109	4	—	—	—	—	105/139	10	125
Хек тихоокеанский потрошеный обезглавленный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75

»	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125
припущенный	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	103	14	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	138	14	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—		173	14	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	120	24	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	161	24	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	200	24	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	120	24	—	—	—	-	91	18	75
»	—	—	161	24	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	200	24	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	117	24	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	157	24	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	196	24	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	120	26	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	161	26	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	201	26	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	120	26	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	161	26	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	201	26	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	—	—	128	29	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	172	29	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	214	29	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	125	29	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	168	29	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	210	29	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	125	29	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	168	29	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	210	29	—	—	—	—	149/156	20	125
Хек тихоокеанский неразделанный[1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	154	41	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	207	41	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	258	41	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенный	—	—	154	41	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	207	41	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	258	41	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	151	41	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	202	41	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	253	41	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	182	50	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	182	50	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	178	50	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	238	50	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	298	50	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	—	—	190	52	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	254	52	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	317	52	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	185	52	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	248	52	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	310	52	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	185	52	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	248	52	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	310	52	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	—	—	207	56	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	277	56	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	345	56	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	202	56	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	270	56	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	339	56	-	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	202	56	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	270	56	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	339	56	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе хека тихоокеанского не-											

обесшкуренное, выпускаемое промышленностью:											
припущенное	—	—	101	10[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	136	10[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	169	10[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	99	10[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	132	10[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	166	10[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
Чавыча неразделанная[1] (см. горбуша неразделанная)											
Чехонь азово-черноморская неразделанная[1]											
Целая, с головой:											
жареная	—	—	108	20	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	145	20	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	181	20	—	—	—	—	145/152	18	125
Непластованная кусками:											
жареная	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
Щука (кроме морской) неразделанная											
Непластованная кусками:											
отварная	162	42	—	—	168	44	—	—	94	20	75
»	216	42	—	—	223	44	—	—	125	20	100
»	269	42	—	—	279	44	—	—	156	20	125
припущенная	157	42	—	—	163	44	—	—	91	18	75
»	210	42	—	—	218	44	—	—	122	18	100
»	262	42	—	—	271	44	—	—	152	18	125
жареная	148	42	—	—	154	44	—	—	86/91	18	75
»	200	42	—	—	207	44	—	—	116/122	18	100
»	250	42	—	—	259	44	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	184	49	—	—	200	53	111	15	94	20	75
»	245	49	—	—	266	53	147	15	125	20	100
»	306	49	—	—	332	53	184	15	156	20	125
припущенное	178	49	—	—	194	53	107	15	91	18	75
»	239	49	—	—	260	53	144	15	122	18	100
»	298	49	—	—	323	53	179	15	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	169	49	—	—	183	53	101	15	86/91	18	75
»	227	49	—	—	247	53	136	15	116/122	18	100
»	284	49	—	—	309	53	171	15	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	198	54	—	—	222	59	120	24	91	18	75
»	265	54	—	—	298	59	161	24	122	18	100
»	330	54	—	—	371	59	200	24	152	18	125
жареное	187	54	—	—	210	59	113	24	86/91	18	75
»	252	54	—	—	283	59	153	24	116/122	18	100
»	315	54	—	—	354	59	191	24	145/152	18	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	228	60	—	—	246	63	140	35	91	18	75
»	305	60	—	—	330	63	188	35	122	18	100
»	380	60	—	—	411	63	234	35	152	18	125
жареное	215	60	—	—	232	63	132	35	86/91	18	75
»	290	60	—	—	314	63	178	35	116/122	18	100
»	363	60	—	—	392	63	223	35	145/152	18	125
запеченное	215	60	—	—	232	63	132	35	86/91	18	75
»	290	60	—	—	314	63	178	35	116/122	18	100
»	363	60	—	—	392	63	223	35	145/152	18	125
Филе щуки, выпускаемое промышленностью:											
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
Щука (кроме морской) потрошеная с головой											
Непластованная кусками:											
отварная	147	36	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	195	36	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	244	36	—	—	—	—	—	—	156	20	125
жареная	134	36	—	—	—	—	—	—	86/91	18	75
»	181	36	—	—	—	—	—	—	116/122	18	100
»	227	36	—	—	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	174	46	—	—	—	—	111	15	94	20	75

»	231	46	—	—	—	—	147	15	125	20	100
»	289	46	—	—	—	—	184	15	156	20	125
жареное	159	46	—	—	—	—	101	15	86/91	18	75
»	215	46	—	—	—	—	136	15	116/122	18	100
»	269	46	—	—	—	—	171	15	145/152	18	125
Филе без кожи и костей:											
жареное	172	50	—	—	—	—	132	35	86/91	18	75
»	232	50	—	—	—	—	178	35	116/122	18	100
»	290	50	—	—	—	—	223	35	145/152	18	125
запеченное	172	50	—	—	—	—	132	35	86/91	18	75
»	232	50	—	—	—	—	178	35	116/122	18	100
»	290	50	—	—	—	—	223	35	145/152	18	125
Язь неразделанный											
Целый, с головой:											
жареный	109	18	—	—	111	20	—	—	89/94	20	75
»	145	18	—	—	149	20	—	—	119/125	20	100
»	182	18	—	—	186	20	—	—	149/156	20	125
запеченный	109	18	—	—	111	20	—	—	89/94	20	75
»	145	18	—	—	149	20	—	—	119/125	20	100
»	182	18	—	—	186	20	—	—	149/156	20	125
Непластованный кусками:											
отварной	147	36	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	195	36	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	244	36	—	—	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	147	36	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	195	36	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	244	36	—	—	—	—	—	—	156	20	125
жареный	139	36	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	186	36	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	233	36	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченный	139	36	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	186	36	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	233	36	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125

* В нормы отходов и потерь при холодной обработке включены потери при размораживании – 2%. При поступлении рыбы незамороженной нормы отходов и потерь при холодной обработке уменьшаются на 2%.

[1] Для рыб всех размеров.

[2] Здесь и далее числитель – масса сырья нетто, знаменатель – масса полуфабриката; дополнительные продукты, расходуемые для приготовления полуфабрикатов, указываются в рецептурах Сборника.

[3] При поступлении мелкой рыбы, замороженной в блоках, отходы и потери увеличиваются на 8%.

[4] Отходы и потери при размораживании.

[5] В том числе потери при промывании.

[6] При разделке с плечевой костью нормы отходов и потерь уменьшаются на 7%.

[7] При поступлении полуфабриката с плечевой костью нормы отходов и потерь увеличиваются на 7%.

[8] При поступлении полуфабриката с плечевой костью нормы отходов и потерь увеличиваются на 5%.

Примечание. Потери при нарезке включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке рыб всех наименований, включая филе, выпускаемое промышленностью.

Таблица 28

Пищевые отходы при разделке рыб с костным скелетом (всех семейств)

(в % к массе сырья брутто)

Наименование рыб, способы промышленной разделки	Способы кулинарной разделки				
	Целые без головы	Непластованные кусками	Филе с кожей и реберными костями	Филе с кожей, без костей	Филе без кожи и костей
1	2	3	4	5	6
Неразделанные					
Баттерфиш (рыба-зеркало)	16	—	—	—	—
Бычок океанический	—	43	—	—	—
Вомер (рыба-луна), карась океанический	—	27	—	—	—
Зубан	—	10	—	35	44
Кабан-рыба	—	26	36	41	—
Камбала-ерш северная	—	26	—	—	—
Камбала исландская	—	21	—	—	—
Камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной)	—	14	—	—	—
Клыкач	—	24	32	33	39
Кефаль каспийская[1], каранкс[1]	—	3	—	—	—
Ледяная рыба	—	31	—	39	42
Минтай	—	27	—	36	40
Налим морской	—	15	—	—	—
Окунь морской	—	35	—	—	—
Путассу	—	18	—	—	—
Пристипома	27	27	—	—	—
Сардинелла[1]	—	3	—	—	—
Сериолелла	—	27	34	—	—
Сквама	—	32	43	45	49
Скумбрия дальневосточная	—	18	26	29	—
Скумбрия океаническая	—	2	—	—	—
Ставрида океаническая	—	28	39	43	—
Сабля-рыба океаническая черная (угольщик)[1]	—	2	13	15	—
Терпуг	—	17	—	—	—
Верхогляд, вобла, карп, кутум, кефаль (азово-черноморская), лещ, муксун, омуль, рыбец, сиг, скумбрия (азово-черноморская), хариус, чехонь	—	10	10	20	28
Белорыбица, горбуша, голец, жерех, кета, лосось, нельма, пыжьян, сазан, судак, пелядь (сырок), таймень, толстолобик, усач, форель, хек, чавыча, язь	—	15	15	25	33
Аргентина, амур, бельдюга, желтощек, капитан-рыба, карась морской, налим речной и озерный, пикша, сайда, сом, треска, щука	—	20	20	30	38
Потрошеные обезглавленные					
Бельдюга океаническая	—	2	—	—	—
Зубан	—	3	—	15	26
Камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной)	—	5	—	—	—
Карась океанический (крупный)	—	14	34	42	—
Карась океанический (мелкий)	—	9	—	—	—
Ледяная рыба	—	7	—	—	—
Мерланг	—	6	19	20	24
Налим морской	—	5	18	21	—

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Палтус чернокорый (кроме корейского и китайского)	—	3	—	—	—
Сабля-рыба	—	6	—	—	—
Сабля-рыба океаническая черная (угольщик)	—	2	15	17	—
Хек серебристый	—	2	—	—	—
Потрошеные с головой					
Горбуша	—	14	21	23	26
Специальной разделки					
Ледяная рыба	—	—	—	14	17
Макрель Индийского океана	—	—	8	10	13
Макрурус	—	—	—	5	8
Скумбрия дальневосточная	—	1	—	—	—

[1] К пищевым отходам не отнесены головы.

Таблица 29

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыбной котлетной массы

Наименование полуфабрикатов и готовых изделий*	Размер рыбы: Крупная. Филе с кожей, без костей: Масса брутто, г	Отходы при холодной обработке, % к массе брутто	Филе без кожи и костей: Масса брутто, г	Отходы при холодной обработке, % к массе брутто	Средняя. Филе с кожей, без костей: Масса брутто, г	Отходы при холодной обработке, % к массе брутто	Филе без кожи и костей: Масса брутто, г	Отходы при холодной обработке, % к массе брутто	Мелкая. Филе с кожей, без костей: Масса брутто, г	Отходы при холодной обработке, % к массе брутто	Филе без кожи и костей: Масса брутто, г	Отходы при холодной обработке, % к массе брутто	Масса филе нетто, г	Дополнительные продукты, г: хлеб пшеничный	молоко или вода	сухари	яйца	Масса полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе полуфабриката	Масса готовых изделий, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Котлеты или биточки из рыбы:																				
Из судака	63	49	67	52	—	—	—	—	62	48	65	51	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	94	49	100	52	—	—	—	—	92	48	98	51	48	14	19	7	—	86	13	75
»	127	49	135	52	—	—	—	—	125	48	133	51	65	18	25	10	—	115	13	100
»	157	49	167	52	—	—	—	—	154	48	163	51	80	24	32	12	—	144	13	125
Из сома (кроме океанического)	64	50	71	55	—	—	—	—	67	52	74	57	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	96	50	107	55	—	—	—	—	100	52	112	57	48	14	19	7	—	86	13	75
»	130	50	144	55	—	—	—	—	135	52	151	57	65	18	25	10	—	115	13	100
»	160	50	178	55	—	—	—	—	167	52	186	57	80	24	32	12	—	144	13	125
Из щуки (кроме морской)	70	54	80	60	—	—	—	—	78	59	86	63	32	9	13	5	—	57	13	50
»	104	54	120	60	—	—	—	—	117	59	130	63	48	14	19	7	—	86	13	75
»	141	54	163	60	—	—	—	—	159	59	176	63	65	18	25	10	—	115	13	100
»	174	54	200	60	—	—	—	—	195	59	216	63	80	24	32	12	—	144	13	125
Из трески	42	24	44	27	—	—	—	—	44	27	46	31	32	9	13	5	—	57	13	50
»	63	24	66	27	—	—	—	—	66	27	70	31	48	14	19	7	—	86	13	75
»	86	24	89	27	—	—	—	—	89	27	94	31	65	18	25	10	—	115	13	100
»	105	24	110	27	—	—	—	—	110	27	116	31	80	24	32	12	—	144	13	125
Из налима речного и озерного	—	—	—	—	—	—	80	60	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	—	—	120	60	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	—	—	163	60	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	—	—	200	60	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125

Из кабан-рыбы	—	—	—	—	68	53	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	102	53	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	138	53	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	170	53	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из клыкача	—	—	—	—	60	47	68	53	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	91	47	102	53	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	123	47	138	53	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	151	47	170	53	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из макруруса	—	—	—	—	36	10	37	14	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	53	10	56	14	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	72	10	76	14	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	89	10	93	14	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из мерланга	—	—	—	—	42	24	44	28	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	63	24	67	28	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	86	24	90	28	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	105	24	111	28	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из окуня морского	46	30	48	34	—	—	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	69	30	73	34	—	—	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	93	30	98	34	—	—	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	114	30	121	34	—	—	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из толстолобика	—	—	—	—	74	57	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	112	57	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	151	57	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	186	57	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из сквамы	—	—	—	—	43	26	46	30	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	65	26	69	30	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	88	26	93	30	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	108	26	114	30	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Котлеты или биточки из филе, выпускаемого промышленностью:																				
Из судака, щуки, леща, сома, сазана или жереха	—	—	—	—	35	8[1]	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	52	8[1]	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	71	8[1]	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	87	8[1]	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из нототении мраморной необесшкуренной	—	—	—	—	34	5[1]	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	51	5[1]	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	68	5[1]	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	84	5[1]	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Из сайды необесшкуренной	—	—	—	—	33	4[1]	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	50	4[1]	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	68	4[1]	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	83	4[1]	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12		144	13	125
Из налима морского необесшкуренного	—		—	—	33	3[1]	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	49	3[1]	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	67	3[1]	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	82	3[1]	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из хека серебристого необесшкуренного	—		—	—	36	10[1]	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	53	10[1]	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	72	10[1]	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	89	10[1]	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из хека тихоокеанского необесшкуренного	—	—	—	—	36	10[1]	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	53	10[1]	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	72	10[1]	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	89	10[1]	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из морского окуня необесшкуренного	—	—	—	—	34	6[1]	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	51	6[1]	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	69	6[1]	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	85	6[1]	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из трески обесшкуренной	—	—	—	—	—	—	34	6[1]	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	—	—	51	6[1]	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	—	—	69	6[1]	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	—	—	85	6[1]	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Из трески необесшкуренной	—	—	—	—	33	4[1]	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
То же	—	—	—	—	50	4[1]	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	68	4[1]	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	83	4[1]	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125

* Нормы закладки указаны на следующие виды разделки рыб: судак, сом, щука (кроме морской), налим речной и озерный, кабан-рыба, клыкач, толстолобик - неразделанные; треска, окунь морской, мерлан, сквама потрошеные обезглавленные; макрурус специальной разделки.

[1] В нормы потерь при холодной обработке филе, выпускаемых промышленностью, включены потери при размораживании и порционировании.

Наименование полуфабрикатов и готовых изделий	Крупная		Средняя		Мелкая		Масса филе нетто, г	Дополнительные продукты, г							Масса полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе полуфабриката	Масса готовых изделий, г
	Масса брутто, г	Отходы при холодной обработке, % к массе брутто	Масса брутто, г	Отходы при холодной обработке, % к массе брутто	Масса брутто, г	Отходы при холодной обработке, % к массе брутто		хлеб пшеничный	молоко или вода	маргарин столовый	сухари	лук репчатый (пассерованный)	чеснок	яйца			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Щука (кроме морской) фаршированная	80	54	—	—	90	59	37	7	8	3	—	8	0,4	2	63	20	50
То же	117	54	—	—	132	59	54	10	12	5	—	12	0,4	2	94	20	75
»	159	54	—	—	178	59	73	14	15	7	—	15	0,8	4	125	20	100
»	198	54	—	—	222	59	91	17	20	8	—	20	0,8	4	156	20	125
Судак фаршированный	73	49	—	—	71	48	37	7	8	3	—	8	0,4	2	63	20	50
»	106	49	—	—	104	48	54	10	12	5	—	12	0,4	2	94	20	75
»	143	49	—	—	140	48	73	14	15	7	—	15	0,8	4	125	20	100
»	178	49	—	—	175	48	91	17	20	8	—	20	0,8	4	156	20	125
Карп фаршированный кусками	129	37	135	40	—	—	81	3	4	2	—	4	0,2	2	94	20	75
»	171	37	180	40	—	—	108	4	5	3	—	5	0,2	4	125	20	100
»	214	37	225	40	—	—	135	5	6	4	—	7	0,4	4	156	20	125
Сазан фаршированный кусками	137	41	—	—	142	43	81	3	4	2	—	4	0,2	2	94	20	75
»	183	41	—	—	189	43	108	4	5	3	—	5	0,2	4	125	20	100
»	229	41	—	—	237	43	135	5	6	4	—	7	0,4	4	156	20	125
Треска фаршированная кусками	93	13	—	—	95	15	81	3	4	2	—	4	0,2	2	94	20	75
»	124	13	—	—	127	15	108	4	5	3	—	5	0,2	4	125	20	100
»	155	13	—	—	159	15	135	5	6	4	—	7	0,4	4	156	20	125

Примечание: Норма закладки указана на следующие виды разделки рыб: судак, щука (кроме морской), карп, сазан–неразделанные; треска–потрошеная ,обезглавленная.

ОБРАБОТКА РЫБЫ С ХРЯЩЕВЫМ СКЕЛЕТОМ (СЕМЕЙСТВА ОСЕТРОВЫХ)

Рыба семейства осетровых, за исключением стерляди, выпускается промышленностью полностью потрошеной. Допускается замораживание естественным холодом неразделанного осетра при подледном лове[1].

Мороженных осетра, севрюгу и белугу размораживают на воздухе при комнатной температуре. Размораживание продолжается 6–10 ч в зависимости от размеров рыб. При обработке у рыбы вначале отделяют голову с грудными плавниками и костями плечевого пояса двумя косыми срезами вдоль жаберных крышек (рис. 4). После этого у рыбы срезают спинные жучки со спинным плавником, удаляют анальный, брюшной плавники по

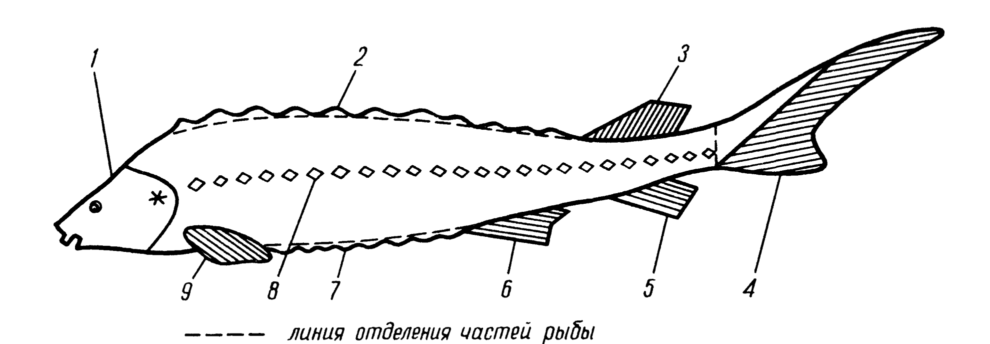


РИС. 4.

Схема обработки рыбы с хрящевым скелетом (семейства осетровых):

1–голова; *2*–спинные жучки; *3*–спинной плавник; *4*–хвостовой плавник; *5*–анальный плавник; *6*–брюшной плавник; *7*–брюшные жучки; *8*–боковые жучки; *9*–грудной плавник

линии их основания в уровень с кожей, отделяют хвостовой плавник по прямой линии перпендикулярно позвоночнику на уровне начала лучей и удаляют визигу. Затем рыбу пластуют на звенья, начиная с головы, вдоль по спине посредине жировой прослойки. После пластования звенья зачищают, удаляют сгустки крови и промывают.

Звенья крупных рыб, особенно белуги, разрезают на две–четыре части в продольном и поперечном направлениях в зависимости от величины рыбы. Масса кусков должна быть не более 4–5 кг, а длина 50–60 см. Такие куски удобны для нарезки на порции.

Дальнейшая обработка звеньев зависит от их кулинарного использования.

Для варки звеньев целиком их предварительно ошпаривают и зачищают от боковых, брюшных и мелких костных жучек. После зачистки рыбу промывают холодной водой, смывая также образовавшиеся при этом на поверхности сгустки белка. Для сохранения формы в процессе варки звенья перевязывают шпагатом.

Для жаренья, припускания в целом виде или порционными кусками с кожей или без кожи у звеньев срезают хрящи, затем ошпаривают и зачищают от жучек.

Порционные куски перед тепловой обработкой ошпаривают еще раз. Для этого их опускают на 1–2 мин в воду с температурой 95–97°С (3–4 л на 1 кг рыбы). После ошпаривания куски промывают в воде. Потери при ошпаривании составляют 10–15%.

Стерлядь после размораживания, не ошпаривая, очищают от жучек, разрезают брюшко, удаляют внутренности, жабры и визигу. У стерляди, предназначенной для припускания в целом виде, спинные жучки отделяют после тепловой обработки, а у стерляди, предназначенной для варки, припускания и жаренья порционными кусками,– до тепловой обработки. Для приготовления порционных кусков потрошеную стерлядь пластуют после удаления спинных жучек, а затем нарезают поперек кусками.

---

[1] Нормы отходов сырья разрабатываются на местах в установленном порядке.

Таблица 30

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с хрящевым скелетом (семейства осетровых) при использовании сырья и полуфабрикатов (рыба, разделанная на звенья)

Наименование рыб, способы промышленной и кулинарной разделки, тепловой обработки	Рыба (сырье)				Пищевые отходы, % к массе сырья брутто	Рыба-полуфабрикат, звено с кожей, без хрящей		Масса сырья нетто и полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Выход готового изделия, г
	крупная		средняя							
	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто		Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Белуга с головой[1]										
Звено с кожей и хрящами (ошпаренное):										
отварное	—	—	157	39	20	—	—	96	16 + 7[2]	75
»	—	—	210	39	20	—	—	128	16 + 7[2]	100
»	—	—	262	39	20	—	—	160	16 + 7[2]	125
Звено с кожей без хрящей (ошпаренное):										
отварное, припущенное	—	—	161	44	25	—	—	90	17	75
»	—	—	214	44	25	—	—	120	17	100
»	—	—	270	44	25	—	—	151	17	125
жареное	—	—	159	44	25	—	—	89	16	75
»	—	—	213	44	25	—	—	119	16	100
»	—	—	266	44	25	—	—	149	16	125
Порционные куски с кожей, без хрящей:										
припущенные	—	—	62	44 + 10[3]	25	34	10[4]	31	19	25
»	—	—	85	44 + 10[3]	25	48	10[4]	43	19	35
»	—	—	123	44 + 10[3]	25	69	10[4]	62	19	50
»	—	—	185	44 + 10[3]	25	103	10[4]	93	19	75
»	—	—	244	44 + 10[3]	25	137	10[4]	123	19	100
»	—	—	306	44 + 10[3]	25	171	10[4]	154	19	125
запеченные	—	—	177	44 + 10[3]	25	99	10[4]	89/94[5]	20	75
»	—	—	236	44 + 10[3]	25	132	10[4]	119/125	20	100
»	—	—	296	44 + 10[3]	25	166	10[4]	149/156	20	125
Порционные куски без кожи и хрящей:										
припущенные	—	—	71	47 + 15[6]	28	40	6 + 15[7]	32	21	25
»	—	—	98	47 + 15[6]	28	55	6 + 15[7]	44	21	35
»	—	—	140	47 + 15[6]	28	79	6 + 15[7]	63	21	50
»	—	—	211	47 + 15[6]	28	119	6 + 15[7]	95	21	75
»	—	—	282	47 + 15[6]	28	159	6 + 15[7]	127	21	100
»	—	—	351	47 + 15[6]	28	198	6 + 15[7]	158	21	125
жареные	—	—	198	47 + 15[6]	28	111	6 + 15[7]	89/94	20	75
»	—	—	264	47 + 15[6]	28	149	6 + 15[7]	119/125	20	100
»	—	—	331	47 + 15[6]	28	186	6 + 15[7]	149/156	20	125
жаренные во фритюре	—	—	142	47 + 15[6]	28	80	6 + 15[7]	64/86	13	75
»	—	—	195	47 + 15[6]	28	110	6 + 15[7]	88/115	13	100
»	—	—	244	47 + 15[6]	28	138	6 + 15[7]	110/144	13	125
запеченные	—	—	198	47 + 15[6]	28	111	6 + 15[7]	89/94	20	75
»	—	—	264	47 + 15[6]	28	149	6 + 15[7]	119/125	20	100
»	—	—	331	47 + 15[6]	28	186	6 + 15[7]	149/156	20	125
жаренные в сухарях на рашпере	—	—	153	47 + 15[6]	28	86	6 + 15[7]	69/86	13	75
то же	—	—	204	47 + 15[6]	28	115	6 + 15[7]	92/115	13	100
»	—	—	253	47 + 15[6]	28	143	6 + 15[7]	114/144	13	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
жаренные без сухарей на рашпере	—	—	202	47 + 15[6]	28	114	6 + 15[7]	91	18	75
то же	—	—	271	47 + 15[6]	28	153	6 + 15[7]	122	18	100
»	—	—	337	47 + 15[6]	28	190	6 + 15[7]	152	18	125
жаренные на вертеле	—	—	271	47 + 15[6]	28	153	6 + 15[7]	122	18	100
»	—	—	337	47 + 15[6]	28	190	6 + 15[7]	152	18	125
Осетр с головой										
Звено с кожей и хрящами (ошпаренное):										
отварное, припущенное	160	40	160	40	20	—	—	96	16+7[2]	75
»	213	40	213	40	20	—	—	128	16+7[2]	100
»	267	40	267	40	20	—	—	160	16+7[2]	125
Звено с кожей, без хрящей (ошпаренное):										
отварное, припущенное	164	45	164	45	25	—	—	90	17	75
»	218	45	218	45	25	—	—	120	17	100
»	275	45	275	45	25	—	—	151	17	125
жареное	162	45	162	45	25	—	—	89	16	75
»	216	45	216	45	25	—	—	119	16	100
»	271	45	271	45	25	—	—	149	16	125
Порционные куски с кожей, без хрящей:										
припущенные	63	45+10[3]	63	45+10[3]	25	34	10[4]	31	19	25
»	87	45+10[3]	87	45+10[3]	25	48	10[4]	43	19	35
»	125	45 + 10[3]	125	45 + 10[3]	25	69	10[4]	62	19	50
»	188	45 + 10[3]	188	45 + 10[3]	25	103	10[4]	93	19	75
Порционные куски с кожей, без хрящей:										
припущенные	248	45 + 10[3]	248	45 + 10[3]	25	137	10[4]	123	19	100
»	311	45 + 10[3]	311	45 + 10[3]	25	171	10[4]	154	19	125
запеченные	180	45 + 10[3]	180	45 + 10[3]	25	99	10[4]	89/94	20	75
»	240	45 + 10[3]	240	45 + 10[3]	25	132	10[4]	119/125	20	100
»	301	45 + 10[3]	301	45 + 10[3]	25	166	10[4]	149/156	20	125
Порционные куски без кожи и хрящей:										
припущенные	72	48 + 15[6]	72	48 + 15[6]	28	40	6 + 15[7]	32	21	25
»	100	48 + 15[6]	100	48 + 15[6]	28	55	6 + 15[7]	44	21	35
»	143	48 + 15[6]	143	48 + 15[6]	28	79	6 + 15[7]	63	21	50
»	215	48 + 15[6]	215	48 + 15[6]	28	119	6 + 15[7]	95	21	75
»	287	48 + 15[6]	287	48 + 15[6]	28	159	6 + 15[7]	127	21	100
»	357	48 + 15[6]	357	48 + 15[6]	28	198	6 + 15[7]	158	21	125
жареные	201	48 + 15[6]	201	48 + 15[6]	28	111	6 + 15[7]	89/94	20	75
»	269	48 + 15[6]	269	48 + 15[6]	28	149	6 + 15[7]	119/125	20	100
»	337	48 + 15[6]	337	48 + 15[6]	28	186	6 + 15[7]	149/156	20	125
жаренные во фритюре	145	48 + 15[6]	145	48 + 15[6]	28	80	6 + 15[7]	64/86	13	75
»	199	48 + 15[6]	199	48 + 15[6]	28	110	6 + 15[7]	88/115	13	100
»	249	48 + 15[6]	249	48 + 15[6]	28	138	6 + 15[7]	110/144	13	125
запеченные	201	48 + 15[6]	201	48 + 15[6]	28	111	6 + 15[7]	89/94	20	75
»	269	48 + 15[6]	269	48 + 15[6]	28	149	6 + 15[7]	119/125	20	100
»	337	48 + 15[6]	337	48 + 15[6]	28	186	6 + 15[7]	149/156	20	125
жаренные в сухарях на рашпере	156	48 + 15[6]	156	48 + 15[6]	28	86	6 + 15[7]	69/86	13	75
то же	208	48 + 15[6]	208	48 + 15[6]	28	115	6 + 15[7]	92/115	13	100
»	258	48 + 15[6]	258	48 + 15[6]	28	143	6 + 15[7]	114/144	13	125
жаренные без сухарей на рашпере	206	48 + 15[6]	206	48 + 15[6]	28	114	6 + 15[7]	91	18	75
то же	276	48 + 15[6]	276	48 + 15[6]	28	153	6 + 15[7]	122	18	100
»	344	48 + 15[6]	344	48 + 15[6]	28	190	6 + 15[7]	152	18	125
жаренные на вертеле	276	48 + 15[6]	276	48 + 15[6]	28	153	6 + 15[7]	122	18	100
»	344	48 + 15[6]	344	48 + 15[6]	28	190	6 + 15[7]	152	18	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Севрюга с головой										
Звено с кожей, хрящами (ошпаренное):										
отварное	150	36	152	37	17	—	—	96	16 + 7[2]	75
»	200	36	203	37	17	—	—	128	16 + 7[2]	100
»	250	36	254	37	17	—	—	160	16 + 7[2]	125
Звено с кожей, без хрящей (ошпаренное):										
отварное, припущенное	153	41	155	42	22	—	—	90	17	75
»	203	41	207	42	22	—	—	120	17	100
»	256	41	260	42	22	—	—	151	17	125
жареное	151	41	153	42	22	—	—	89	16	75
»	202	41	205	42	22	—	—	119	16	100
»	253	41	257	42	22	—	—	149	16	125
Порционные куски с кожей, без хрящей:										
припущенные	58	41 + 10[3]	59	42 + 10[3]	22	34	10[4]	31	19	25
»	81	41 + 10[3]	82	42 + 10[3]	22	48	10[4]	43	19	35
»	117	41 + 10[3]	119	42 + 10[3]	22	69	10[4]	62	19	50
»	175	41 + 10[3]	178	42 + 10[3]	22	103	10[4]	93	19	75
»	232	41 + 10[3]	236	42 + 10[3]	22	137	10[4]	123	19	100
»	290	41 + 10[3]	295	42 + 10[3]	22	171	10[4]	154	19	125
запеченные	168	41 + 10[3]	170	42 + 10[3]	22	99	10[4]	89/94	20	75
»	224	41 + 10[3]	228	42 + 10[3]	22	132	10[4]	119/125	20	100
»	281	41 + 10[3]	285	42 + 10[3]	22	166	10[4]	149/156	20	125
Порционные куски без кожи и хрящей:										
припущенные	67	44 + 15[6]	68	45 + 15[6]	25	40	6 + 15[7]	32	21	25
»	92	44 + 15[6]	94	45 + 15[6]	25	55	6 + 15[7]	44	21	35
»	132	44 + 15[6]	135	45 + 15[6]	25	79	6 + 15[7]	63	21	50
»	200	44 + 15[6]	203	45 + 15[6]	25	119	6 + 15[7]	95	21	75
»	267	44 + 15[6]	272	45 + 15[6]	25	159	6 + 15[7]	127	21	100
»	332	44 + 15[6]	338	45 + 15[6]	25	198	6 + 15[7]	158	21	125
жареные	187	44 + 15[6]	190	45 + 15[6]	25	111	6 + 15[7]	89/94	20	75
»	250	44 + 15[6]	255	45 + 15[6]	25	149	6 + 15[7]	119/125	20	100
»	313	44 + 15[6]	319	45 + 15[6]	25	186	6 + 15[7]	149/156	20	125
жаренные во фритюре	134	44 + 15[6]	137	45 + 15[6]	25	80	6 + 15[7]	64/86	13	75
»	185	44 + 15[6]	188	45 + 15[6]	25	110	6 + 15[7]	88/115	13	100
»	231	44 + 15[6]	235	45 + 15[6]	25	138	6 + 15[7]	110/144	13	125
запеченные	187	44 + 15[6]	190	45 + 15[6]	25	111	6 + 15[7]	89/94	20	75
»	250	44 + 15[6]	255	45 + 15[6]	25	149	6 + 15[7]	119/125	20	100
»	313	44 + 15[6]	319	45 + 15[6]	25	186	6 + 15[7]	149/156	20	125
жаренные в сухарях на рашпере	145	44 + 15[6]	148	45 + 15[6]	25	86	6 + 15[7]	69/86	13	75
то же	193	44 + 15[6]	197	45 + 15[6]	25	115	6 + 15[7]	92/115	13	100
»	239	44 + 15[6]	244	45 + 15[6]	25	143	6 + 15[7]	114/144	13	125
жаренные без сухарей на рашпере	191	44 + 15[6]	195	45 + 15[6]	25	114	6 + 15[7]	91	18	75
то же	256	44 + 15[6]	261	45 + 15[6]	25	153	6 + 15[7]	122	18	100
»	319	44 + 15[6]	325	45 + 15[6]	25	190	6 + 15[7]	152	18	125
жаренные на вертеле	256	44 + 15[6]	261	45 + 15[6]	25	153	6 + 15[7]	122	18	100
»	319	44 + 15[6]	325	45 + 15[6]	25	190	6 + 15[7]	152	18	125
Стерлядь неразделанная[1]										
Целая с головой: припущенная	—	—	1 шт.	22	—	—	—	1 шт.	20	1 шт.
Порционные куски с кожей:										

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
отварные, припущенные	—	—	53	42	14	—	—	31	20	25
То же	—	—	76	42	14	—	—	44	20	35
»	—	—	109	42	14	—	—	63	20	50
»	—	—	162	42	14	—	—	94	20	75
»	—	—	216	42	14	—	—	125	20	100
»	—	—	269	42	14	—	—	156	20	125
жареные	—	—	153	42	14	—	—	89/94	20	75
»	—	—	205	42	14	—	—	119/125	20	100
»	—	—	257	42	14	—	—	149/156	20	125
жаренные в сухарях на рашпере	—	—	136	42	14	—	—	79/88	15	75
то же	—	—	166	42	14	—	—	96/118	15	100
»	—	—	202	42	14	—	—	117/147	15	125
Головы рыб семейства осетровых (головизна) (без жабер) варка	—	—	250	20[8]	—	—	—	200	50[9]	100
То же	—	—	236	20[8]	—	—	—	189	47[10]	100
Визига сухая (промышленная)	—		В процессе варки увеличивается в массе в 3 раза, т. е. из 1 кг сухой визиги получается 3 кг вареной.							

[1]Для рыб всех размеров.
[2]7%-отходы и потери на зачистку вареного звена и удаление хрящей. При отпуске вареной рыбы без кожи (в холодных блюдах) даются дополнительные отходы и потери на кожу в размере 7% от массы готовой рыбы.
[3]44%, 45%, 41%, 42%-отходы и потери при холодной обработке и ошпаривании звена, 10%-потери при дополнительном ошпаривании порционных кусков.
[4]10%-потери при дополнительном ошпаривании кусков с кожей.
[5]Здесь и далее числитель-масса сырья нетто, знаменатель-масса полуфабриката.
[6]47%, 48%, 44%, 45%-отходы и потери при холодной обработке и ошпаривании звеном с последующим удалением кожи; 15%-потери при ошпаривании кусков без кожи.
[7]6%-отходы на кожу; 15%-потери при ошпаривании кусков без кожи.
[8]Непищевые отходы.
[9]Потери при варке и отходы при выделении хрящей.
[10]Потери при варке и отходы и потери при разделке на хрящи и мякоть.

Примечание. При тепловой обработке рыбы порционными кусками потери при нарезке включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке, при тепловой обработке рыбы звеном потери при нарезке включены в потери при тепловой обработке.

МОРЕПРОДУКТЫ

Ассортимент морепродуктов, поступающих на предприятия общественного питания, весьма разнообразен: кальмары, креветки, крабы, лангусты, мидии, морская капуста, трепанги, морской гребешок, паста белковая «Океан» и др. Морепродукты могут поступать живыми (мидии), мороженными в сыром или вареном виде (кальмары, трепанги, капуста морская, филе морского гребешка и др.), сушеными (креветки, трепанги), а также консервированными (крабы, креветки, филе морского гребешка и др.).

Способы кулинарной обработки морепродуктов на предприятиях общественного питания зависят от вида сырья, термического состояния и способа его промышленной разделки.

Обработка морепродуктов

Кальмар мороженый разделанный (тушка) с кожицей или кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей размораживают в холодной воде (не рекомендуется добавлять горячую воду во избежание окрашивания тканей). Размораживание считается законченным, когда температура в толще блока кальмаров достигнет минус 1°С.

У размороженных тушек удаляют остатки внутренностей и хитиновые пластинки, если они оставлены.

Тушки и филе опускают на 3–6 мин в горячую воду с температурой 60–65°С (соотношение воды и кальмара 3:1) и удаляют травянистой щеткой кожицу (пленку).

Подготовленные тушки и филе кальмаров тщательно промывают в воде 2–3 раза, опускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг кальмаров берут 2 л воды и 20–40 г соли) и варят в течение 5 мин с момента вторичного закипания воды. Более длительная варка не рекомендуется, так как мясо кальмара становится жестким.

Капусту морскую (ламинарию) сушеную пищевую заливают холодной водой в соотношении 1:8 и оставляют для набухания на 12 ч. После замачивания капусту промывают до полного удаления песка и других механических примесей.

Подготовленную морскую капусту погружают в кипящую воду (на 1 кг набухшей капусты берут 2 л воды) и варят в течение 2 ч при слабом кипении до размягчения, без соли.

Готовую капусту хранят в отваре до следующего дня. На другой день отвар сливают, капусту промывают, заливают холодной водой и хранят в холодильном шкафу.

Капусту морскую мороженую размораживают в воде при температуре 15–20°С в течение 0,5 ч, далее варят как капусту морскую (ламинарию) сушеную пищевую.

Креветки сыромороженые и варено-мороженые неразделанные (целые) слегка размораживают на воздухе при температуре 18–20°С в течение 2 ч для того, чтобы разделить блок массой 12 кг на части. Размораживать полностью креветки не рекомендуется, так как головы их темнеют, ухудшается внешний вид.

Слегка размороженные креветки блоками массой 2–3 кг опускают в кипящую соленую воду (на 1 кг креветок берут 3 л воды, 150 г соли, лавровый лист, перец черный горошком), перемешивают шумовкой и варят: сыромороженые – в течение 5–10 мин (в зависимости от размеров), варено-мороженые – 3 мин с момента вторичного закипания воды. Готовые креветки всплывают на поверхность.

У вареных крупных и средних по величине креветок отделяют шейку и снимают панцирь; мелкие креветки отпускают неразделанными.

Креветки сушеные перебирают, промывают, кладут в посуду, заливают холодной или теплой водой с температурой 30–35°С и оставляют в ней на 4 ч (до тех пор, пока креветки не станут мягкими, набухшими). До использования подготовленные креветки хранят в посуде с холодной кипяченой водой в холодильном шкафу.

Креветки натуральные (консервы) освобождают от солевого раствора, пергамента и используют без предварительной тепловой обработки.

Крабы в собственном соку (консервы) освобождают от пергамента, сока и используют без предварительной тепловой обработки.

Лангусты сыромороженые разделанные (шейки в панцире) размораживают на воздухе при температуре 18–20°С в течение 3 ч, раскладывая блоки в один слой (до полного отделения лангустов друг от друга).

Размороженные шейки лангустов погружают в кипящую соленую воду (на 1 кг шеек лангустов берут 2 л воды, 100 г соли, коренья, перец черный горошком, лавровый лист) и варят в течение 15–20 мин. Готовые лангусты всплывают на поверхность.

Обрабатывать шейки лангустов лучше горячими. Для отделения мякоти от панциря и икры (если она имеется) делают разрез ножницами по всей длине посередине панциря со стороны спинки или срезают боковую кромку панциря шейки лангуста. Икру не используют.

Мидии черноморские живые естественных банок, в створках, замачивают в холодной воде на 2–3 ч, затем тщательно промывают.

Мидии в створках варят в воде с добавлением специй и кореньев в течение 15 мин (на 1 кг мидий берут 2 л воды и 100 г соли). К моменту готовности мидий створки раскрываются.

После варки отвар сливают, мидии охлаждают, извлекают из створок мясо, которое тщательно промывают теплой кипяченой водой до полного удаления песка.

Варить мидии можно без створок. Для этого вводят нож между острыми концами створок, разрезают мускул-замыкатель, проведя ножом под верхней створкой, вынимают мясо мидии и тщательно промывают. Варят мидии в течение 5–7 мин с добавлением специй, кореньев (на 1 кг мидий – 2 л воды, 40 г соли).

Пасту белковую «Океан» мороженую, в блоках, размораживают на воздухе при температуре 18–20°С в течение 2–6 ч (в зависимости от температуры в центре блока), зачищая поверхностный слой. Паста считается размороженной при достижении в центре блока минус 1°С. Размораживать пасту «Океан» следует по мере надобности. Срок хранения размороженной пасты при температуре 4–8°С не более 6 ч. Повторное замораживание пасты «Океан» не допускается.

Для приготовления блюд пасту «Океан» припускают. В сотейник или другую посуду с широким дном кладут размороженную пасту слоем 2–3 см, добавляют горячую воду

(5–10% массы пасты), закрывают крышкой и, периодически помешивая, припускают при непрерывном кипении в течение 10 мин. Припущенную пасту «Океан» охлаждают.

Срок хранения припущенной пасты «Океан» при температуре 4–8°С составляет 6 ч.

Трепанги сушеные тщательно промывают холодной водой до тех пор, пока с поверхности не будет удалена угольная пыль и вода не станет прозрачной.

Затем их заливают холодной водой и выдерживают в ней в течение 24–30 ч при температуре 18–20°С, меняя воду 2–3 раза. На другой день воду сливают, трепанги промывают, вновь заливают холодной водой и доводят до кипения. Затем снимают с плиты и оставляют в отваре до следующего дня. На следующий день отвар сливают, трепанги промывают холодной водой и потрошат, разрезав ножницами брюшко по всей его длине. После потрошения трепанги тщательно промывают, заливают холодной водой, вновь доводят до кипения, снимают с плиты и оставляют в отваре до следующего дня.

Если трепанги имеют резинообразную жесткую консистенцию, то процесс их обработки с последующим промыванием повторяют еще 2 раза в течение двух дней.

Хранят трепанги в холодной кипяченой воде со льдом в холодильном шкафу. Перед использованием их ошпаривают, погружая на 1–2 мин в кипящую воду.

Трепанги варено-мороженые размораживают в воде при температуре 15°С. Размораживание считается законченным, когда температура трепанга достигнет 1°С. Допускается размораживание в воде, нагретой до температуры 40°С, при соотношении массы воды и трепанга 2:1 в течение 40 мин. Размороженных трепангов разрезают вдоль брюшка, зачищают от остатков внутренностей, песка и промывают.

Обработанных трепангов ошпаривают в течение 1–2 мин и используют для приготовления блюд.

Филе морского гребешка мороженое размораживают на воздухе при температуре 18–20°С в течение 1–1,5 ч.

Варят филе морского гребешка в течение 10–15 мин, погружая в кипящую подсоленную воду с добавлением кореньев, перца черного горошком (на 1 кг филе берут 2 л воды и 60 г соли). Более продолжительная варка ухудшает качество продукта, делая его жестким, упругим, сухим.

Филе морского гребешка в укропном соусе (пресервы) освобождают от соуса и используют без тепловой обработки.

Салат дальневосточный из морской капусты (консервы) извлекают из банки и используют без тепловой обработки.

Таблица 31

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из морепродуктов

Наименование и термическое состояние морепродуктов, способы промышленной и кулинарной разделки и тепловой обработки	Масса брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе брутто	Масса нетто или полуфабриката, г	Увеличение массы при набухании, % к массе нетто	Потери при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	Выход готовых изделий, г
1	2	3	4	5	6	7
Кальмар мороженый разделанный (тушка) с кожицей						
отварной	265	23[1]	204		51	100
Кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей						
отварной	206	10[1]	185	—	46	100
Капуста морская (ламинария) сушеная пищевая						
отварная	16	—	16	530	—	100
Капуста морская мороженая						
отварная	63	—	63	60	—	100
Креветки сыромороженые неразделанные (целые) мелкие						
отварные	145	—	145	—	31[2]	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Креветки сыромороженые неразделанные (целые)						
отварные, разделанные на мякоть	417	—	417	—	76[3]	100
Креветки варено-мороженые неразделанные (целые) мелкие						
отварные	120	—	120	—	17[4]	100
Креветки сушеные (КНР)						
набухшие	46	—	46	118	-	100
Креветки натуральные (консервы)	125	20[5]	100	—	—	100
Крабы в собственном соку (консервы)	125	20[6]	100	—	—	100
Лангусты сыромороженые разделанные (шейки в панцире)						
отварные, разделанные на мякоть	251	—	251	—	17+52[7]	100
Мидии черноморские живые естественных банок						
разделанные на мякоть, отварные	1400	83	238	—	58	100
Мидии черноморские живые естественных банок						
отварные, разделанные на мякоть	1299	—	1299	—	30+89[7]	100
Паста белковая «Океан» мороженая						
припущенная	123	6[1]	116	—	14	100
Трепанг сушеный						
набухший ошпаренный	31	—	31	300[3]	20[8]	100
Трепанг варено-мороженый						
ошпаренный	133	6[1]	125	—	20	100
Филе морского гребешка мороженое						
отварное	209	6[9]	196	—	49	100
Филе морского гребешка в укропном соусе (пресервы)	132	24[10]	100	—	—	100
Салат дальневосточный из морской капусты (консервы)	101	1[11]	100	—	—	100

[1] В том числе потери при размораживании.
[2] В том числе 4%-потери при порционировании.
[3] С учетом потерь при разделке, потрошении.
[4] В том числе 2% потери при порционировании.
[5] Отходы на солевой раствор и пергамент.
[6] Отходы на сок и пергамент.
[7] Отходы и потери при разделке.
[8] К массе набухшего продукта.
[9] Потери при размораживании.
[10] Отходы на соус.
[11] Потери при извлечении салата из банки.

Примечание. При поступлении креветок сыромороженых (целых) мелких блоками массой 10 кг и более потери при размораживании для разделения блока на части составляют 4%.

В нормы отходов и потерь, увеличения массы при холодной и тепловой обработках морепродуктов включены потери при порционировании.

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ, ГРИБЫ, ПЛОДЫ, ЯГОДЫ, ОРЕХИ

Картофель, овощи, грибы, плоды, ягоды, орехи на предприятия общественного питания поступают в необработанном виде (свежими). Картофель и овощи могут поступать также и в виде полуфабрикатов: картофель сырой очищенный, сульфитированный, капуста свежая белокочанная, морковь, свекла, лук – сырые очищенные. Кроме того, многие виды продуктов поступают на предприятия квашеными, солеными, маринованными, сушеными, консервированными, быстрозамороженными.

Овощи, поступающие на предприятия общественного питания, по своим качествам должны отвечать требованиям действующих стандартов, в противном случае при холодной обработке увеличивается количество отходов и ухудшается качество готовых изделий.

Холодная обработка картофеля и корнеплодов состоит из следующих операций: сортировка, калибровка, мытье, очистка и нарезка. При сортировке удаляют загнившие побитые экземпляры, посторонние примеси, при калибровке распределяют их по размерам. Моют и очищают картофель и корнеплоды в овощеочистительных машинах, зачищают вручную, нарезают кусочками различной формы в зависимости от их кулинарного использования (соломкой, брусочками, кубиками, ломтиками, кружочками, дольками).

При очистке белокочанной, краснокочанной, савойской капусты удаляют загрязненные и загнившие места. После этого капусту промывают. У кочанов, предназначенных для голубцов, вырезают кочерыгу, не нарушая их целостности; кочаны, предназначенные для резки, делят на две или четыре части, а затем удаляют кочерыгу и нарезают в зависимости от дальнейшего использования соломкой или шашками.

У цветной капусты отрезают кочерыгу на 1 см ниже разветвления кочана вместе с зелеными листьями. Потемневшие или загнившие места головки срезают ножом или соскабливают теркой. Зачищенные кочаны промывают.

У брюссельской капусты кочанчики срезают со стеблями. Кочанчики зачищают от испорченных листьев и промывают.

Кольраби очищают вручную от кожицы, промывают и нарезают соломкой, брусочками, ломтиками.

Квашеную капусту перед использованием перебирают, крупно нарезанную – измельчают; для некоторых блюд ее мелко рубят. Если капуста очень кислая, ее, кроме того, промывают и отжимают.

Кабачки моют и срезают с них кожицу. Нарезают кабачки кружочками или ломтиками. У кабачков, используемых для фарширования, удаляют часть мякоти с семенами.

Артишоки сортируют, обрезают стебель и верхние острые концы чешуек, удаляют сердцевину и промывают.

Спаржу перебирают, осторожно очищают от кожицы так, чтобы не отломать головку, и промывают.

Зелень петрушки, сельдерея перебирают, удаляя пожелтевшие и увядшие листья, моют в большом количестве воды.

Лук зеленый, салат и другие зеленые овощи перебирают, отрезают корни и удаляют загнившие и увядшие листья, затем промывают.

Свежие огурцы моют, после чего удаляют плодоножку и верхушку; пожелтевшие, с грубой кожицей очищают. У парниковых и длинноплодных огурцов кожицу не снимают.

Помидоры (томаты) моют, срезают плодоножку. У помидоров, предназначенных для фарширования, вместе с плодоножкой срезают часть мякоти и удаляют семена.

У редиса отрезают остатки ботвы, корни и кожицу, затем промывают.

Петрушку, сельдерей (корень) сортируют, обрезают черешки листьев и мелкие корешки, промывают и очищают вручную.

Чеснок делят на дольки, с которых снимают кожицу и оболочку.

Свежие грибы сортируют по видам, отрезают нижнюю часть ножки, загрязненную землей, шляпки и ножки очищают от листьев, ила, сора и моют. У маслят снимают со шляпок кожицу. Соленые и маринованные грибы перебирают, моют и нарезают дольками или ломтиками.

После холодной обработки овощи подвергают тепловой обработке: варят, припускают, тушат, жарят и запекают.

Картофель, свеклу, морковь варят очищенными и в кожице. Початки кукурузы моют вместе с листьями и варят, не снимая их. Лопатки фасоли варят разрезанными на 3–4 части, лопатки гороха – целиком. Сушеные овощи и грибы предварительно замачивают в холодной воде в течение 1–3 ч и варят в той же воде.

Быстрозамороженные овощи варят, не размораживая, в течение 10–15 мин. Консервированные овощи прогревают вместе с отваром, после чего отвар сливают.

Орехи на предприятия общественного питания поступают в скорлупе или в кожице (при холодной обработке их удаляют).

Плоды и ягоды перед употреблением моют, удаляют плодоножку. У дынь при нарезке на порции удаляют семена, у яблок и груш, предназначенных для варки компотов и для запекания, удаляют семенные гнезда. У некоторых плодов и ягод (абрикосы, персики, сливы, вишни и др.) перед тепловой обработкой удаляют косточку.

Ниже приводится расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий при переработке картофеля, овощей, грибов, плодов, ягод, орехов и потери при разных способах тепловой обработки.

Расчет дается на 100 г выхода готового изделия.

Таблица 32

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий

Наименование сырья и способы промышленной и кулинарной обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Выход готового изделия, г
1	2	3	4	5	6
Картофель свежий продовольственный:					
молодой сырой очищенный до 1 сентября	125	20	100	—	100
молодой очищенный отварной до 1 сентября	133	20	106	6	100
сырой очищенный:					
с 1 сентября по 31 октября	133	25	100	—	100
с 1 ноября по 31 декабря	143	30	100	—	100
с 1 января по 28–29 февраля	154	35	100	—	100
с 1 марта	167	40	100	—	100
очищенный отварной:					
с 1 сентября по 31 октября	137	25	103	3	100
с 1 ноября по 31 декабря	147	30	103	3	100
с 1 января по 28–29 февраля	158	35	103	3	100
с 1 марта	172	40	103	3	100
отварной в кожуре с последующей очисткой:					
с 1 сентября по 31 октября	137	—	137	3+25[1]	100
с 1 ноября по 31 декабря	147	—	147	3+30[1]	100
с 1 января по 28 – 29 февраля	159	—	159	3+35[1]	100
с 1 марта	172	—	172	3+40[1]	100
жаренный брусочками, ломтиками, дольками, кубиками:					
с 1 сентября по 31 октября	193	25	145	31	100
с 1 ноября по 31 декабря	207	30	145	31	100
с 1 января по 28–29 февраля	223	35	145	31	100
с 1 марта	242	40	145	31	100
жаренный ломтиками (из предварительно сваренного в кожуре):					
с 1 сентября по 31 октября	165	3+25[1]	120	17	100
с 1 ноября по 31 декабря	177	3+30[1]	120	17	100
с 1 января по 28–29 февраля	190	3+35[1]	120	17	100
с 1 марта	206	3+40[1]	120	17	100
жаренный до полуготовности кубиками, дольками для рагу:					
с 1 сентября по 31 октября	160	25	120	17	100
с 1 ноября по 31 декабря	171	30	120	17	100
жаренный во фритюре брусочками:					
с 1 сентября по 31 октября	267	25	200	50	100
с 1 ноября по 31 декабря	286	30	200	50	100
с 1 января по 28–29 февраля	308	35	200	50	100
с 1 марта	333	40	200	50	100
жаренный во фритюре соломкой, стружкой:					
с 1 сентября по 31 октября	333	25	250	60	100
с 1 ноября по 31 декабря	357	30	250	60	100
с 1 января по 28 – 29 февраля	385	35	250	60	100
с 1 марта	417	40	250	60	100
жаренный бочоночками:					
с 1 сентября по 31 октября	191	25	143	30	100
с 1 ноября по 31 декабря	204	30	143	30	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
с 1 января по 28–29 февраля	220	35	143	30	100
с 1 марта	238	40	143	30	100
жаренный чесночком:					
с 1 сентября по 31 октября	208	25	156	36	100
с 1 ноября по 31 декабря	223	30	156	36	100
с 1 января по 28–29 февраля	240	35	156	36	100
с 1 марта	260	40	156	36	100
хрустящий картофель (чипс):					
с 1 сентября по 31 октября	392	25	294	66	100
с 1 ноября по 31 декабря	420	30	294	66	100
с 1 января по 28–29 февраля	452	35	294	66	100
с 1 марта	490	40	294	66	100
печенный в кожуре	125	—	125	20	100
печенный в кожуре с последующей очисткой	167	—	167	40[2]	100
Овощи					
Артишоки вареные	236	50	118	15	100
Ботва свеклы вареная	224	20	179	44	100
Базилик свежий	119	16	100	—	100
Баклажаны свежие					
сырые, очищенные	118	15	100	—	100
сырые, подготовленные для фарширования	105	5	100	—	100
жаренные кружочками, натуральные	142	5	135	26	100
панированные в муке, жареные	135	5	128	22	100
печенные в кожице (с последующей очисткой)	137	—	137	27	100
Брюква столовая свежая варенная или					
припущенная дольками или кубиками	140	22	109	8	100
тушенная брусочками, ломтиками, кубиками	167	22	130	23	100
пассерованная соломкой, ломтиками, кубиками	167	22	130	23	100
Горох овощной (лопатка) свежий вареный	127	10	114	12	100
Горошек зеленый:					
(зерна) свежий вареный	109	—	109	8	100
консервированный	154	35[3]	100	—	100
быстрозамороженный, вареный	109	—	109	8	100
сушеный, вареный	42	—	42	140[4]	100
Каперсы консервированные	200	50[3]	100	—	100
Крапива ранняя вареная	244	18	200	50	100
Капуста белокочанная свежая:					
сырая очищенная	125	20[5]	100	—	100
шинкованная, прогретая с уксусом (для салата)	139	20[5]	111	10	100
шинкованная, стертая с солью (для салата)	198	20[5]+37[6]	100	—	100
варенная целыми кочанами или крупными кусками	136	20[5]	109	8	100
припущенная кусочками или шашками	139	20[5]	111	10	100
тушеная	159	20[5]	127	21	100
жареная для фарша	166	20[5]	133	25	100
ранняя, варенная крупными кусками	139	20[5]	111	10	100
ранняя, варенная целыми кочанами (для голубцов)	136	20[5]	109	8[7]	100
брюссельская свежая:					
на стебле, вареная	472	75	118	15	100
кочанчики вареные	182	35	118	15	100
кочанчики жареные	220	35	143	30	100
кольраби свежая:					
вареная	171	35	111	10	100
припущенная	192	35	125	20	100
жареная кружочками	275	35	179	44	100
краснокочанная свежая шинкованная, стертая с солью (для салата)	187	15+37[6]	100	—	100

1	2	3	4	5	6
савойская свежая:					
сырая очищенная	128	22	100	–	100
варенная кочанами	140	22	109	8	100
цветная:					
свежая вареная	213	48	111	10	100
маринованная (в банках)	182	45[3]	100	–	100
Капуста квашеная:					
тушеная	169	30	118	15	100
жаренная для фарша	190	30	133	25	100
рубленая (в стеклотаре)[8]	103	1+1,5	100		100
Кабачки свежие:					
варенные до полуготовности (с удаленными семенами и кожицей)	166	33	111	10	100
припущенные	191	33	128	22	100
жаренные натуральными ломтиками (с удаленной кожицей)	193	20	154	35	100
жаренные ломтиками (с удаленной кожицей), панированными в муке	186	20	149	33	100
ранние, жаренные натуральными ломтиками (с кожицей и семенами)	171	10	154	35	100
ранние, жаренные ломтиками (с кожицей и семенами), панированными в муке	166	10	149	33	100
Кукуруза:					
свежая в початках молочной и молочно-восковой спелости вареная[9]	532	43	303	67	100
в початках вареная	111	10	100	–	100
сахарная консервированная	167	40[3]	100	—	100
Лук:					
репчатый:					
свежий сырой очищенный	119	16	100	–	100
свежий пассерованный до полуготовности (для супов)	161	16	135	26[10]	100
свежий пассерованный до готовности (для соусов и вторых блюд)	238	16	200	50	100
свежий жаренный во фритюре кольцами	350	16	294	66	100
маринованный (в банках)	182	45[3]	100	—	100
севок, варенный целыми головками	131	20	105	5	100
севок, жаренный во фритюре целыми головками	193	20	154	35	100
зеленый свежий:					
очищенный	125	20	100	–	100
пассерованный	193	20	154	35	100
парниковый очищенный	167	40	100	—	100
порей свежий:					
вареный	138	24	105	5	100
пассерованный	220	24	167	40	100
Морковь столовая свежая:					
молодая пучковая сырая очищенная	200	50	100	–	100
молодая пучковая очищенная вареная	202	50	101	0,5	100
сырая очищенная:					
до 1 января	125	20	100	–	100
с 1 января	133	25	100	—	100
очищенная вареная:					
до 1 января	126	20	101	0,5	100
с 1 января	135	25	101	0,5	100
варенная или припущенная дольками или мелкими кубиками для гарнира:					
до 1 января	136	20	109	8	100
с 1 января	145	25	109	8	100
варенная в кожуре	101	—	101	0,5	100
варенная в кожуре с последующей очисткой:					
до 1 января	126	—	126	0,5+20[11]	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
с 1 января	134	—	134	0,5+25[11]	100
пассерованная соломкой, ломтиками, кубиками:					
до 1 января	184	20	147	32	100
с 1 января	196	25	147	32	100
Маслины	154	35[12]	100	—	100
Оливки консервированные	182	45[3]	100	—	100
Огурцы:					
свежие теплично-парниковые длинноплодные неочищенные (без пленки)	102	2[13]	—	—	100
свежие грунтовые неочищенные	105	5[14]	—	—	100
свежие грунтовые очищенные	125	20	—	—	100
соленые неочищенные	111	10	—	—	100
соленые очищенные	125	20	—	—	100
соленые очищенные, нарезанные дольками без сердцевины, вареные (для солянки)	197	40	118	15	100
маринованные (в банках)	182	45[3]	100	—	100
пикули, корнишоны, ассорти из овощей маринованных (в банках)	182	45[3]	100	—	100
Пастернак корневой свежий:					
пассерованный соломкой, ломтиками, кубиками	212	25	159	37	100
Перец сладкий:					
свежий сырой, подготовленный для фарширования	133	25	100	—	100
свежий сырой, шинкованный (для салата)	133	25	100	—	100
свежий пассерованный	171	25	128	22	100
маринованный (в банках)	200	50[3]	100	—	100
маринованный резаный болгарский (в банках)	167	40[3]	100	—	100
Петрушка свежая:					
корневая варенная дольками, шпалами или кубиками	140	25	105	5	100
корневая пассерованная ломтиками, соломкой, кубиками	212	25	159	37	100
зелень	135	26	100	—	100
Помидоры (томаты):					
свежие парниковые неочищенные	102	2[15]	—	—	100
свежие грунтовые	118	15[16]	100	—	100
свежие грунтовые, жаренные половинками	187	15[16]	159	37	100
соленые (в бочковой таре)	111	10	100	—	100
томаты консервированные целые	200	50[3]	100	—	100
томаты консервированные целые без кожицы (очищенные) в томатном соке	103	3[17]	—	—	100
томаты маринованные, соленые (красные, бурые, молочные) (в банках)	182	45[3]	100	—	100
Ревень овощной свежий	133	25	100	—	100
Редис свежий:					
красный с ботвой	159	37	100	—	100
красный обрезной, не очищенный от кожицы (с укороченной ботвой до 3 см)	108	7[18]	100	—	100
красный обрезной (поступающий без ботвы), очищенный от кожицы	133	25	100	—	100
белый с ботвой, очищенный от кожицы	200	50	100	—	100
белый обрезной, очищенный от кожицы	154	35	100	—	100
Редька свежая	143	30	100	—	100
Репа столовая свежая:					
варенная или припущенная кубиками, брусочками, дольками	145	25	109	8	100
тушенная брусочками, кубиками, ломтиками	173	25	130	23	100
пассерованная соломкой, кубиками, ломтиками	173	25	130	23	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Салат:					
кочанный	149	33	100	—	100
латук, ромэн, кресс	139	28	100	—	100
Свекла столовая свежая:					
сырая очищенная:					
до 1 января	125	20	100	—	100
с 1 января	133	25	100	—	100
очищенная, варенная целиком:					
до 1 января	131	20	105	5	100
с 1 января	140	25	105	5	100
варенная или припущенная нарезанной:					
до 1 января	136	20	109	8	100
с 1 января	145	25	109	8	100
варенная в кожуре	102	—	102	2	100
варенная в кожуре с последующей очисткой:					
до 1 января	128	—	128	2+20[11]	100
с 1 января	136	—	136	2+25[11]	100
пассерованная соломкой, ломтиками, кубиками:					
до 1 января	201	20	161	38	100
с 1 января	215	25	161	38	100
свекла столовая маринованная (в банках)	182	45[3]	100	—	100
Сельдерей свежий:					
корневой, пассерованный ломтиками, соломкой, кубиками	234	32	159	37	100
корневой припущенный	184	32	125	20	100
молодой очищенный	122	18	100	—	100
зелень	119	16	100	—	100
Спаржа свежая вареная	156	27	114	12	100
Тыква продовольственная свежая:					
вареная или припущенная	171	30	120	17	100
жаренная ломтиками натуральная	183	30	128	22	100
жаренная ломтиками, панированными в муке	179	30	125	20	100
Укроп молодой столовый свежий	135	26	100	—	100
Фасоль:					
овощная (лопатка) свежая, варенная дольками	127	10	114	12	100
стручковая консервированная	167	40[3]	100	—	100
Хрен-корень свежий	156	36	100	—	100
Чеснок:					
свежий очищенный	128	22	100	—	100
свежий шинкованный, пассерованный	214	22	167	40	100
маринованный целыми дольками с отрезанной мочкой:					
очищенный	208	35[3]+26	100	—	100
Щавель свежий вареный или припущенный	263	24	200	50	100
Шпинат свежий вареный или припущенный	270	26	200	50	100
Эстрагон свежий	286	65	100	—	100
Консервы овощные закусочные:					
баклажаны, перец, томаты, фаршированные овощами или овощами с рисом; голубцы, фаршированные овощами; баклажаны, кабачки, нарезанные кружочками; икра из баклажанов, кабачковая и т. п.	105	5[17]	100	—	100
Консервы-полуфабрикаты:					
Зелень укропа, петрушки, сельдерея соленая (измельченная)	102	2	100	—	100
Овощная закуска с томатом	105	5	100	—	100
Салаты овощные, маринад овощной с томатом	105	5	100	—	100
Морковь пассерованная с томатом	105	5	100	—	100

1	2	3	4	5	6
Свекла измельченная с сахаром консервированная	105	5	100	—	100
Свекла и яблоки измельченные с сахаром консервированные	105	5	100	—	100
Пюре из щавеля, шпината, смеси щавеля и шпината	103	3	100	—	100
Консервы овощные (быстрозамороженные) (в пленке):					
Овощная закуска с томатом	102	2	100	—	100
Лук репчатый (пассерованный для первых и вторых блюд)	102	2	100	—	100
Морковь пассерованная	102	2	100	—	100
Белый корень пассерованный	102	2	100	—	100
Капуста тушеная	102	2	100	—	100
Зелень укропа, петрушки, сельдерея веточками, измельченная	102	2	100	—	100
Свекла, морковь гарнирные (целые и резаные)	109	8	100	—	100
Тыква нарезанная в тыквенном пюре с сахаром	111	10	100	—	100
Грибы:					
белые свежие вареные	175	24	133	25	100
белые свежие мелкорубленые жареные	263	24	200	50	100
белые свежие, нашинкованные дольками, жареные	203	24	154	35	100
маринованные (в бочковой таре)	122	18[3]	100	—	100
маринованные (в банках)	133	25[3]	100	—	100
сушеные вареные	50	—	50	100[4]	100
соленые (в бочковой таре)	122	18[3]	100	—	100
соленые (в банках)	133	25[3]	100	—	100
сморчки жареные	238	16	200	50	100
шампиньоны свежие вареные	188	24	143	30	100
шампиньоны свежие, припущенные до полуготовности, целиком	188	24	143	30	100
шампиньоны свежие, припущенные до готовности, целиком	220	24	167	40	100
шампиньоны свежие, припущенные до полуготовности, целиком с последующей обжаркой ломтиками	263	24	200	50	100
шампиньоны свежие, жаренные ломтиками, нарезанными из сырых шампиньонов	329	24	250	60	100
шампиньоны консервированные	133	25[3]	100	—	100
Плоды и ягоды:					
Абрикосы свежие с удаленной косточкой	116	14	100	—	100
Алыча свежая с удаленной косточкой	108	7	100	—	100
Ананас очищенный с сердцевиной, нарезанный кусочками	167	40	100	—	100
Ананас очищенный с удаленной сердцевиной, нарезанный кусочками	182	45	100	—	100
Апельсины очищенные	149	33	100	—	100
Апельсины при получении сока	227	56	100	—	100
Арбуз продовольственный свежий, нарезанный на порции	111	10	100	—	100
Арбуз продовольственный свежий, очищенный от коры и семян	192	48	100	—	100
Айва свежая с удаленной семенной коробочкой	114	12	100	—	100
Айва свежая, очищенная от кожицы, с удаленной семенной коробочкой	139	28	100	—	100
Бананы очищенные	167	40	100	—	100
Брусника свежая	111	10	100	—	100
Брусника моченая	143	30[3]	100	—	100
Виноград свежий столовый	104	4[19]	100	—	100

1	2	3	4	5	6
Виноград свежий столовый при получении сока	128	22	100	—	100
Виноград маринованный	200	50[3]	100	—	100
Виноград сушеный (изюм)	102	2[20]	100	—	100
Вишня свежая с удаленной плодоножкой	105	5	100	—	100
Вишня свежая с плодоножкой	102	2	100	—	100
Вишня свежая с удаленной косточкой	118	15	100	—	100
Вишня маринованная	182	45[3]	100	—	100
Гранаты свежие очищенные	167	40	100	—	100
Груши свежие с удаленным семенным гнездом	111	10	100		100
Груши свежие с удаленным семенным гнездом, вареные	139	10	125	20	100
Груши свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	137	27	100	—	100
Груши свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, вареные	171	27	125	20	100
Груши маринованные	182	45[3]	100		100
Дыня свежая, очищенная от семян	130	23	100	—	100
Дыня свежая, очищенная от коры и семян	156	36	100	—	100
Ежевика свежая	118	15	100	—	100
Земляника свежая (садовая)	118	15	100	—	100
Земляника свежая (садовая) при получении сока с мякотью	127	21	100	—	100
Земляника лесная	106	6	100	—	100
Кизил свежий	102	2	100	—	100
Кизил маринованный	182	45[3]	100		100
Клюква свежая	105	5	100	—	100
Клюква свежая при получении сока	147	32	100	—	100
Крыжовник свежий	102	2	100	—	100
Лимоны неочищенные	111	10[21]	100	—	100
Лимоны очищенные	164	39[22]	100		100
Лимоны при получении сока*	238	58	100	—	100
Малина свежая	118	15	100	—	100
Мандарины очищенные	135	26	100	—	100
Мандарины при получении сока	175	43	100	—	100
Мирабель с удаленной косточкой	118	15	100	—	100
Персики свежие с удаленной косточкой	111	10	100	—	100
Слива сочинская свежая с удаленной косточкой	111	10	100		100
Слива маринованная	182	45[3]	100	—	100
Смородина красная свежая	106	6	100	—	100
Смородина белая свежая	108	7	100	—	100
Смородина черная свежая	102	2	100	—	100
Смородина черная свежая при получении сока	127	21	100	—	100
Смородина маринованная	182	45[3]	100	—	100
Черника свежая	102	2	100	—	100
Черника свежая при получении сока	169	41	100	—	100
Черешня свежая с удаленной плодоножкой	105	5	100		100
Чернослив с удаленной косточкой	133	25	100	—	100
Яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	114	12	100	—	100
Яблоки свежие с удаленным семенным гнездом, вареные, запеченные	142	12	125	20	100
Яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	143	30	100	—	100
Яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, вареные	179	30	125	20	100
Яблоки маринованные, моченые	182	45[3]	100		100

* При получении сока используют лимоны тонкокорые

1	2	3	4	5	6
Плоды и ягоды консервированные (быстрозамороженные):					
Яблоки с тыквой нарезанные в сахарном сиропе	111[23]	10	100	—	100
Яблоки целые, половинками, четвертушками (бланшированные) в сахарном сиропе	102	2[17]	100	—	100
Яблоки нарезанные в яблочном пюре с сахаром	111	10	100	—	100
Яблоки с морковью нарезанные в яблочном пюре с сахаром	111	10	100	—	100
Яблоки протертые с сахаром	111	10	100	—	100
Земляника в земляничном пюре с сахаром	111	10	100	—	100
Земляника дробленая с сахаром	111	10	100	—	100
Орехи:					
Арахис жареный	141	25[24]	106	6	100
Грецкие жареные	236	55[24]	106	6	100
Каштаны очищенные	133	25[24]	100	—	100
Миндаль жареный	177	40[24]	106	6	100
Миндаль очищенный жареный	118	10[25]	106	6	100
Фисташки жареные	212	50[24]	106	6	100
Фундук жареный	212	50[24]	106	6	100

[1] 3%-потери при варке картофеля; 25%, 30%, 35%, 40%-отходы и потери при очистке вареного картофеля соответственно сезону.
[2] Потери при тепловой обработке и очистке картофеля.
[3] Отходы и потери на маринад, рассол, отвар.
[4] Привар.
[5] 20%-отходы и потери при холодной обработке, в том числе 5%-внутренняя кочерыга.
[6] 37%-сок, отжимаемый после стирания с солью.
[7] Варка до полуготовности.
[8] Потери на капусту и сок, остающиеся на стенках и дне посуды при извлечении квашеной капусты из стеклотары,-1%, потери при порционировании 1,5%.
[9] 43%-отходы и потери при удалении стебля, листьев, волокон, пестика; 67%-потери при тепловой обработке и отходы на кочерыгу.
[10] Лук, пассерованный с 15% жира.
[11] 0,5%, 2%-потери при варке; 20%, 25%-отходы и потери при очистке вареной моркови, свеклы соответственно сезону.
[12] Отходы и потери при удалении косточки.
[13] Отходы и потери при мойке, удалении плодоножки, верхушки и порционировании.
[14] Отходы и потери при мойке, удалении плодоножки, верхушки, пятен от нажимов, солнечных ожогов и порционировании.
[15] Отходы и потери при мойке, удалении плодоножки и порционировании.
[16] Отходы и потери при мойке, удалении плодоножки и опробковелой ткани (под кожицей плода) и порционировании.
[17] Потери при порционировании.
[18] Отходы и потери при зачистке остатков ботвы, корней и порционировании.
[19] 4%-отходы и потери на горбыльки, на виноград сорта «Шасла»-6%.
[20] Отходы и потери при переборке.
[21] Отходы и потери при переборке, мойке, очистке от плодоножки, соска и порционировании.
[22] Отходы и потери при переборке, мойке, очистке от плодоножки и соска, очистке от кожицы (цедры и альбедо)-38% (в том числе масса цедры-10%) и порционировании-1%.
[23] Содержание сахарного сиропа-40%.
[24] Отходы и потери при снятии скорлупы.
[25] Отходы и потери при снятии кожицы.

Примечание. В нормы отходов и потерь на картофель, овощи, грибы, плоды включены потери при нарезке.

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ

Ассортимент гастрономических товаров, используемых на предприятиях общественного питания, весьма разнообразен: он включает различные рыбные товары (сельди соленые, маринованные, пряные; рыбу соленую, холодного и горячего копчения; рыбные консервы); колбасные изделия и копчености (колбасы, окорока, грудинку, корейку и т. п.).

Способы разделки гастрономических товаров на предприятиях общественного питания зависят от вида товара и способа его промышленной обработки.

РЫБОТОВАРЫ СОЛЕНЫЕ, МАРИНОВАННЫЕ, ПРЯНОГО ПОСОЛА

Рыбу соленую, маринованную, пряного посола разделывают на тушки с головой, без головы, с кожей или без кожи, с костями и без костей (мякоть).

Соленые лососевые рыбы разделывают на филе с кожей и костями или на филе (мякоть).

При разделке на филе с кожей и костями удаляют голову, плавники (в том числе хвостовой), пластуют вдоль и удаляют позвоночник. Для получения филе (мякоти) дополнительно срезают реберные кости, удаляют кожу.

При разделке сельди соленой, пряной и маринованной на тушку без головы и кожи, но с костями удаляют голову с плечевой костью, плавники, срезают край брюшка, удаляют внутренности и снимают кожу. При разделке сельди на филе (мякоть) дополнительно удаляют позвоночник и реберные кости.

Сельдь с головой без кожи и костей разделывают так же, как на филе, оставив при тушке голову сельди без жабер и хвостовой плавник.

У салаки, кильки, хамсы, тюльки соленых и пряного посола при разделке на тушки без головы и внутренностей отрезают часть брюшной полости, удаляют внутренности, а затем отрезают голову и плавники.

Салаку, кроме того, разделывают на филе так же, как сельдь.

Приведенные выше нормы отходов на сельдь рассчитаны с содержанием в ней икры (молоки) не более 5%. При поступлении сельди с большим количеством икры установленные нормы отходов могут быть увеличены, но не более чем до 15%. В этих случаях фактическое содержание отходов определяется опытными проработками и оформляется актами в установленном порядке.

Икру и молоки используют как пищевой продукт.

РЫБОТОВАРЫ ХОЛОДНОГО КОПЧЕНИЯ

Рыбу холодного копчения разделывают на тушку без головы, с кожей или без кожи. с костями и без костей (мякоть). Горбушу, муксун, сиг, усач разделывают на тушки без головы с кожей и костями. Для этого сначала удаляют голову с плечевой костью, затем отрезают край брюшка и удаляют внутренности. При разделке на тушку без головы и кожи, но с костями дополнительно удаляют кожу. У рыб потрошеных обезглавленных, кроме того, срезают тонкий слой с закопченных мест приголовка.

Горбушу, омуль, жерех, судак разделывают также и на филе (мякоть). Лосось, лох. скумбрию, сом, ставриду – только на филе (мякоть). При разделке на филе (мякоть) тушку после удаления головы, внутренностей и кожи пластуют, удаляют позвоночник и реберные кости.

Рыбец разделывают только на тушку без головы, с кожей и костями, лещ – на тушку без головы и кожи, но с костями, чехонь и воблу разделывают на тушку без головы и кожи, с икрой и костями; чехонь и шемаю, кроме того, еще на тушку без головы, кожи, икры, но с костями.

У сельди при разделке на тушку без головы и кожи, с костями удаляют сначала голову вместе с плечевой костью, плавники, внутренности, а затем снимают кожу. При разделке сельди на филе (мякоть), кроме того, удаляют позвоночник и реберные кости.

БАЛЫЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Балычные изделия (боковники, спинки, теши) рыб всех семейств разделывают только на филе (мякоть).

При разделке спинок (балыков) всех видов рыб, кроме семейства осетровых, удаляют плавники, затем их пластуют, удаляют позвоночник, срезают реберные кости с филе, удаляют кожу.

Спинки (балыки) осетровых разделывают следующим образом: удаляют плавники, срезают спинные костные чешуйки (жучки), затем их пластуют, из филе удаляют хрящи, брюшную полость зачищают от поверхностной пленки, кожу удаляют.

При разделке боковников осетровых их зачищают, т. е. срезают с поверхности торцовых сторон куска тонкий слой заветрившейся мякоти, снимают кожу.

Балычок морского окуня разделывают без кожи с костями, а балычок сельди-черноспинки – на тушку без головы и кожи, но с костями и филе (мякоть).

РЫБА ГОРЯЧЕГО КОПЧЕНИЯ

Рыбу горячего копчения разделывают на тушку без головы, с кожей и без кожи, с костями и без костей.

Рыбу горячего копчения (кроме осетровых) разделывают на тушку без головы, с кожей и костями, без головы и кожи с костями, филе (мякоть) так же, как и рыбу холодного копчения.

Рыбу семейства осетровых (севрюгу, осетра) разделывают на звено-мякоть. Для этого срезают брюшные и спинные костные чешуйки (жучки) и плавники (в том числе и хвостовой). Затем рыбу пластуют, из звена удаляют хрящи и снимают кожу. У мелкой рыбы кожу снимают без пластования, а хрящи удаляют при нарезке.

РЫБНЫЕ ПРЕСЕРВЫ И КОНСЕРВЫ

Салаку, кильку, хамсу, тюльку (баночные) разделывают на тушки без головы и внутренностей, целиком, а кильку, хамсу, тюльку, кроме того, на филе (мякоть) так же, как и бочковые.

При отпуске килек, хамсы, салаки, тюльки рассол может не удаляться, но он не входит в массу порции.

Масло или соус консервов следует равномерно распределять по всем порциям.

Соотношение рыбы и масла или соуса в консервах установлено ГОСТами для каждого вида. Колебания в содержании масла в консервах составляют: шпроты в масле высшего сорта 25-10%, шпроты в масле 30-10%, рыба копченая в масле, рыба в масле -25-10%, рыба в томатном соусе 30-10%.

КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И КОПЧЕНОСТИ

Колбасы и зельцы перед нарезкой зачищают от оболочек, кроме того, у них срезают наплывы.

Варено-копченые окорока перед нарезкой зачищают от шкуры, поверхностной заветрившейся корочки, костей, а затем нарезают.

Сырокопченые окорока зачищают от поверхностной заветрившейся корочки, шкуру и кости удаляют в процессе нарезки.

Копченую грудинку и корейку используют на предприятиях общественного питания в сыром и вареном виде.

Шкура и кости с сухожилиями от копченостей относятся к отходам, годным для пищевого использования.

На колбасы, мясные хлебцы, зельцы, а также сосиски, сардельки (см. табл. 18) материально-ответственным лицам, связанным с подготовкой товаров к продаже, предосталяется дополнительная торговая скидка на удаление концов кишечных оболочек (узлов), шпагата в размерах, предусмотренных приказом Минторга СССР от 25 октября 1968 г. № 187.

На карбонат, ветчину в форме, буженину, поступающие завернутыми в целлофан, промышленность дает скидку (приказ Минторга СССР от 26 ноября 1958 г. № 459).

СЫРЫ

Сыры зачищают от корок, клейма, остатков обертки, фольги и различных повреждений. К отходам относятся также рассол, вытекающий при нарезке брынзы и прочих рассольных сыров.

Крошка, образующаяся при нарезке сыров, является полноценным продуктом и включена в нормы их выхода. Ее используют при изготовлении блюд (на посыпку при запекании, при отпуске отварных макарон и т. п.).

* * *

Ниже приводятся нормы отходов на наиболее распространенные способы разделки гастрономических товаров; дается расчет расхода их для различных выходов готовых изделий. Если при расходе рыбной гастрономии дана одна норма отходов, ее следует применять для рыб всех размеров.

Таблица 33

Расчет расхода сырья и выхода гастрономических изделий

Наименование продуктов и способы промышленной и кулинарной разделки	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Выход готового изделия, г							
		100	75	50	40	30	25	20	15
		Масса сырья брутто, г							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
РЫБОТОВАРЫ									
Рыба соленая, маринованная, пряного посола									
Горбуша соленая потрошеная с головой:									
филе (мякоть)	31	145	109	72	58	43	36	29	22

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
филе с кожей и реберными костями	20	125	94	63	50	38	31	25	19
Кета, чавыча, сима, кижуч, нерка соленые, потрошеные с головой									
филе с кожей и костями	20	125	94	63	50	38	31	25	19
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Лосось куринский соленый потрошеный (семужной резки)									
филе (мякоть)	31	145	109	72	58	43	36	29	22
Лосось каспийский, балтийский, озерный, соленый потрошеный (семужной резки)									
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Лох всех водоемов соленый неразделанный									
филе (мякоть)	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Нототения мраморная слабо- и среднесоленая потрошеная обезглавленная (крупная)									
филе (мякоть)	37	159	119	79	63	48	40	32	24
Омуль соленый неразделанный целиком, с головой,									
без кожи, с костями	20	125	94	63	50	38	31	25	19
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
филе (мякоть)	38	161	121	81	65	48	40	32	24
Салака пряного посола (бочковая)									
неразделанная	10[2]	111	83	56	44	33	28	22	17
без головы и внутренностей	40	167	125	83	67	50	42	33	25
филе (мякоть)	50	200	150	100	80	60	50	40	30
Сельдь соленая, пряная[1], маринованная неразделанная									
целиком, с головой (без жабер), без кожи, позвоночника и реберных костей:									
крупная	33	149	112	75	60	45	37	30	22
средняя	34	152	114	76	61	45	38	30	23
мелкая	35	154	115	77	62	46	38	31	23
без головы и кожи, с костями									
крупная	38	161	121	81	65	48	40	32	24
средняя	40	167	125	83	67	50	42	33	25
мелкая	42	172	129	86	69	52	43	34	26
филе (мякоть)									
крупная	50	200	150	100	80	60	50	40	30
средняя	52	208	156	104	83	63	52	42	31
мелкая	54	217	163	109	87	65	54	43	33
Сельдь пряная, соленая зябреная									
целиком, с головой, без кожи, позвоночника и реберных костей	35	154	115	77	62	46	38	31	23
без головы и кожи, с костями	36	156	117	78	63	47	39	31	23
филе (мякоть)	41	169	127	85	68	51	42	34	25
Сельдь пряная, соленая обезглавленная филе (мякоть)									
крупная	36	156	117	78	63	47	39	31	23
средняя	37	159	119	79	63	48	40	32	24
мелкая	38	161	121	81	65	48	40	32	24
Сельдь соленая обезглавленная всех размеров									
без кожи, с костями	22	128	96	64	51	38	32	26	19
филе (мякоть)	37	159	119	79	63	48	40	32	24
Сельдь соленая полупотрошеная									
с головой, без кожи, с костями									
крупная	8	109	82	54	43	33	27	22	16

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
средняя	9	110	82	55	44	33	27	22	16
мелкая	10	111	83	56	44	33	28	22	17
без головы и кожи, с костями									
крупная	28	139	104	69	56	42	35	28	21
средняя	32	147	110	74	59	44	37	29	22
мелкая	34	152	114	76	61	45	38	30	23
филе (мякоть)									
крупная	43	175	132	88	70	53	44	35	26
средняя	45	182	136	91	73	55	45	36	27
мелкая	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Сельдь соленая тушка филе (мякоть)									
крупная	28	139	104	69	56	42	35	28	21
средняя	29	141	106	70	56	42	35	28	21
мелкая	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Сельдь сосвинская пряного посола неразделанная									
целиком без головы, с кожей и костями	15	118	88	59	47	35	29	24	18
филе (мякоть)	24	132	99	66	53	39	33	26	20
Семга соленая потрошеная (семужной резки)									
филе (мякоть)									
крупная	25	133	100	67	53	40	33	27	20
мелкая	29	141	106	70	56	42	35	28	21
Скумбрия атлантическая, дальневосточная слабо- и среднесоленая неразделанная									
филе (мякоть)	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Скумбрия атлантическая пряного посола неразделанная									
без головы и кожи, с костями	36	156	117	78	63	47	39	31	23
филе (мякоть)	44	179	134	89	71	54	45	36	27
Ставрида океаническая слабо- и среднесоленая обезглавленная									
филе (мякоть)	33	149	112	75	60	45	37	30	22
Хамса, килька, тюлька									
соленые и пряного посола (бочковые) неразделанные	10[2]	111	83	56	44	33	28	22	17
без головы и внутренностей	34	152	114	76	61	45	38	30	23
Рыба холодного копчения									
Вобла неразделанная									
без головы и кожи, с икрой и костями	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Горбуша с головой потрошеная									
без головы, с кожей и костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
без головы и кожи, с костями	35	154	115	77	62	46	38	31	23
филе (мякоть)	42	172	129	86	69	52	43	34	26
Жерех неразделанный									
без головы, с кожей и костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
филе (мякоть)	45	182	136	91	73	55	45	36	27
Лещ неразделанный без головы и кожи, с костями									
крупный	46	185	139	93	74	56	46	37	28
средний	48	192	144	96	77	58	48	38	29
мелкий	50	200	150	100	80	60	50	40	30
Лосось (кроме каспийского) и лох всех водоемов потрошеные с головой									
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Муксун неразделанный									
без головы, с кожей и костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Омуль неразделанный									
без головы, с кожей и костями	22	128	96	64	51	38	32	26	19
без головы и кожи, с костями	34	152	114	76	61	45	38	30	23
филе (мякоть)	48	192	144	96	77	58	48	38	29
Рыбец (кроме каспийского) неразделанный									
без головы, с кожей, костями и икрой									
крупный	30	143	107	71	57	43	36	29	21
мелкий	31	145	109	72	58	43	36	29	22
Сельдь неразделанная									
без головы и кожи, с костями									
крупная	30	143	107	71	57	43	36	29	21
средняя	35	154	115	77	62	46	38	31	23
мелкая	40	167	125	83	67	50	42	33	25
филе (мякоть)									
крупная	40	167	125	83	67	50	42	33	25
средняя	45	182	136	91	73	55	45	36	27
мелкая	50	200	150	100	80	60	50	40	30
Сиг неразделанный									
без головы, с кожей и костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и кожи, с костями	33	149	112	75	60	45	37	30	22
Скумбрия дальневосточная, потрошеная, обезглавленная									
без кожи, с костями	13	115	86	57	46	34	29	23	17
филе (мякоть)	26	135	101	68	54	41	34	27	20
Скумбрия атлантическая неразделанная:									
филе (мякоть)	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Сом пласт обезглавленный									
филе (мякоть)	24	132	99	66	53	39	33	26	20
Ставрида океаническая обезглавленная									
филе (мякоть)	17	120	90	60	48	36	30	24	18
Ставрида океаническая неразделанная									
филе (мякоть)	49	196	147	98	78	59	49	39	29
Судак неразделанный									
без головы, с кожей и костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
филе (мякоть)	45	182	136	91	73	55	45	36	27
Усач неразделанный									
без головы, с кожей и костями	20	125	94	63	50	38	31	25	19
без головы и кожи, с костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
Чехонь (кроме Горьковского и Куйбышевского водохранилищ) и шемая аральская и каспийская (кроме азово-черноморской и азербайджанской) неразделанные									
без головы и кожи, с икрой и костями	42	172	129	86	69	52	43	34	26
без головы, кожи, икры, с костями	46	185	139	93	74	56	46	37	28

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Балычные изделия									
Балычок морского окуня									
без кожи, с костями	15	118	88	59	47	35	29	24	18
Балычок сельди-черноспинки (с головой)									
без головы и кожи, с костями	23	130	97	65	52	39	32	26	19
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Боковник при разделке на мякоть									
белужий	14	116	87	58	47	35	29	23	17
осетровый	19	123	93	62	49	37	31	25	19
севрюжий	21	127	95	63	51	38	32	25	19
Спинка при разделке на мякоть									
усача, нототении мраморной	28	139	104	69	56	42	35	28	21
белорыбицы и лосося балтийского	24	132	99	66	53	39	33	26	20
горбуши	25	133	100	67	53	40	33	27	20
лососей дальневосточных (кеты, чавычи, нерки)	26	135	101	68	54	41	34	27	20
муксуна, омуля, чира, нельмы	33	149	112	75	60	45	37	30	22
осетровая и севрюжья	23	130	97	65	52	39	32	26	19
Теша при разделке на мякоть									
белорыбицы, нельмы, лососей дальневосточных и лосося балтийского	24	132	99	66	53	39	33	26	20
белужья	18	122	91	61	49	37	30	24	18
горбуши	23	130	97	65	52	39	32	26	19
осетровая	19	123	93	62	49	37	31	25	19
севрюжья	17	120	90	60	48	36	30	24	18
Рыба горячего копчения									
Лещ неразделанный									
филе (мякоть)	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Окунь морской потрошеный обезглавленный									
филе (мякоть)									
крупный	25	133	100	67	53	40	33	27	20
мелкий	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Омуль неразделанный									
без головы, с кожей и костями	22	128	96	64	51	38	32	26	19
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
филе (мякоть)	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Осетр потрошеный обезглавленный									
звено - мякоть	25	133	100	67	53	40	33	27	20
Рулет тресковый - мякоть	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Севрюга потрошеная обезглавленная									
звено–мякоть	28	139	104	69	56	42	35	28	21
Сом (кроме океанического) потрошеный обезглавленный									
с кожей и костями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
филе (мякоть)	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Треска, пикша, сайда потрошеные обезглавленные									
с кожей и костями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
филе (мякоть)									
крупная	35	154	115	77	62	46	38	31	23
мелкая	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Угорь потрошеный с головой									
без головы и хвоста	15	118	88	59	47	35	29	24	18
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Рыба вяленая									
Вобла неразделанная									
без головы и кожи, с икрой	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Усач потрошеный с головой									
без головы, с кожей	20	125	94	63	50	38	31	25	19
без головы и кожи	25	133	100	67	53	40	33	27	20
Рыботовары прочие									
Минога жареная промышленной выработки									
без головы и хвоста[3]	6	106	80	53	43	32	27	21	16
Рыбные пресервы (в банках)									
Килька, хамса, тюлька:									
целиком	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и внутренностей	45	182	136	91	73	55	45	36	27
филе (мякоть)	55	222	167	111	89	67	56	44	33
Салака пряного посола									
целиком	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и внутренностей	55	222	167	111	89	67	56	44	33
Сардина марокканская пряного баночного посола									
без головы, внутренностей, с кожей и костями	41[4]	169	127	85	68	51	42	34	25
филе (мякоть)	50[4]	200	150	100	80	60	50	40	30
Пресервы в горчичном соусе									
порциями вместе с соусом	5	105	79	53	42	32	26	21	16
порциями без соуса (рольмопс)	20	125	94	63	50	38	31	25	19
Рыбные консервы									
Консервы в масле (корюшка, сардины, ряпушка, шпроты и др.)									
порциями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Консервы натуральные (кроме лососевых дальневосточных натуральных и лососевых натуральных с пряностями)									
порциями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Лососевые дальневосточные натуральные									
порциями	3	103	77	52	41	31	26	21	15
Лососевые натуральные с пряностями									
порциями	3	103	77	52	41	31	26	21	15
Консервы в томатном соусе (бычки, осетровые, частик крупный, мелкий, треска и др.)									
порциями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Скумбрия атлантическая в томатном соусе									
порциями	3	103	77	52	41	31	26	21	15

[1] При использовании сельди специального баночного посола следует дополнительно учитывать отходы на тузлук в размере 15% к массе брутто (вместе с рассолом).

[2] На переборку и промывку.

[3] Масса желе в норму отхода не включена, так как на нее дает скидку промышленность

[4] 41%, 50%-отходы и потери при разделке, отнесенные к массе сырья нетто, без учета тузлука

Наименование продуктов	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Выход готового изделия, г						
		100	75	50	40	30	25	20
		Масса сырья брутто, г						
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Колбасные изделия								
Зельцы								
русский, деликатесный, красный, белый	2	102	77	51	41	31	26	20
Колбасы вареные								
баранья, белорусская, ветчинно-рубленая, говяжья, докторская, закусочная, краснодарская, любительская, московская, отдельная, особая, свиная, столичная, тбилисская, телячья, чайная, чесноковая	3	103	77	52	41	31	26	21
диетическая, молочная, новая, русская	2	102	77	51	41	31	26	20
русская (в натуральной оболочке)	2,5	103	77	51	41	31	26	21
Колбасы ливерные								
вареная, копченая, обыкновенная, яичная	5	105	79	53	42	32	26	21
Колбасы полукопченые и варено-копченые								
армавирская, таллинская	2	102	77	51	41	31	26	20
одесская	3	103	77	52	41	31	26	21
киевская, краковская, полтавская, свиная, семипалатинская, тбилисская, украинская и др.	2,5	103	77	51	41	31	26	21
Колбасы сырокопченые								
брауншвейгская, деликатесная, любительская, московская, особенная, польская, свиная, советская, столичная, тамбовская, угличская, украинская, салями (финская)	2	102	77	51	41	31	26	20
Колбасы фаршированные								
глазированная, прессованная, слоеная, харьковская, экстра, языковая	3	103	77	52	41	31	26	21
Мясные хлебцы	1	101	76	51	40	30	25	20
Свинокопчености								
Ветчинная шейка и колбаса филейная	2,5	103	77	51	41	31	26	21
Грудинка копченая								
используемая в сыром виде (без шкуры и костей)	22	128	96	64	51	38	32	26
используемая в сыром виде (со шкурой, без костей)	8	109	82	54	43	33	27	22
используемая в вареном виде (со шкурой, без костей)	5^1+8^2	114	86	57	46	34	29	23
используемая в вареном виде (без шкуры и костей)	5^1+22^2	135	101	67	54	40	34	27
Карбонат, буженина	1,5	102	76	51	41	30	25	20
Корейка копченая								
используемая в сыром виде (без шкуры и костей)	20	125	94	63	50	38	31	25
используемая в сыром виде (со шкурой, без костей)	7	108	81	54	43	32	27	22
используемая в вареном виде (без шкуры и костей)	5^1+20^2	132	99	66	53	39	33	26
используемая в вареном виде (со шкурой, без костей)	5^1+7^2	113	85	57	45	34	28	23

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Окорока сырокопченые (со шкурой и костями), используемые в сыром виде:								
тамбовский	19	123	93	62	49	37	31	25
советский, сибирский	17	120	90	60	48	36	30	24
используемые в вареном виде:								
воронежский, сибирский, советский, тамбовский, лопатка	15[1]+24[2]	155	116	77	62	46	39	31
Окорока копчено-вареные и вареные (со шкурой и костями)								
тамбовский, воронежский	24	132	99	66	53	39	33	26
Окорока копчено-вареные и вареные (без шкуры, с костями)								
тамбовский	20	125	94	63	50	38	31	25
Рулеты копчено-вареные (со шкурой и костями)								
ленинградский, ростовский	12	114	85	57	45	34	28	23
Рулеты вареные (со шкурой, без костей)								
ленинградский, ростовский	8	109	82	54	43	33	27	22
Шпик	4	104	78	52	42	31	26	21
Продукты из говядины и свинины вареные (в оболочке)								
Ветчина в форме, ветчина в оболочке, говядина особая, ассорти в оболочке	2	102	77	51	41	31	26	20

[1] Потери при варке, отнесенные к массе сырокопченых продуктов.

[2] Отходы и потери при разборке, отнесенные к массе вареных продуктов.

Примечание. К отходам и потерям при холодной обработке относятся: у колбасных изделий – оболочка, зачистка; у копченостей, окороков, рулетов, ветчины – шкура, кости с прилегающими сухожилиями, зачистка заветрившейся и подсохшей поверхностной корочки; у продуктов из говядины и свинины вареных (в оболочке) – оболочка. Потери при порционировании всех гастрономических товаров включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке.

Продолжение

Наименование продуктов	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Выход готового изделия, г						
		100	75	50	30	25	20	15
		Масса сырья брутто, г						
Сыры								
алтайский, голландский, чеддер, горный алтай, швейцарский, эмментальский	8	109	82	54	33	27	22	16,5
брынза и другие рассольные сыры	4	104	78	52	31	26	21	15,5
волжский, рокфор, российский, советский, угличский	6	106	80	53	32	27	21	16
копченые и плавленые сыры	4	104	78	52	31	26	21	15,5
костромской, пошехонский, прибалтийский, степной	4	104	78	52	31	26	21	15,5
латвийский	12	114	85	57	34	28	23	17
литовский	3,5	104	78	52	31	26	21	15,5
московский, ярославский	7	108	81	54	32	27	21,5	16
украинский	5	105	79	53	32	26	21	16

Таблица 34

РАЗМЕРЫ ПОТЕРЬ ПРИ ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКЕ БЛЮД И МУЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ

Наименование блюд и мучных изделий	Потери, % к массе полуфабриката	Наименование блюд и мучных изделий	Потери, % к массе полуфабриката	Наименование блюд и мучных изделий	Потери, % к массе полуфабриката
1	2	3	4	5	6
		Блюда из картофеля, овощей и грибов			
Котлеты:					
морковные	17	Кабачки, запеченные под соусом	11	Перец, фаршированный овощами и рисом	19
капустные	17	Помидоры, фаршированные грибами и рисом или рисом и морковью	11	Голубцы овощные	22
картофельные	11	Кабачки, фаршированные овощами и рисом	11	Баклажаны, фаршированные овощами	20
Зразы картофельные	11	Рулет или запеканка картофельные с овощами или с овощами и грибами	11	Картофель, запеченный с яйцом и помидорами	10
Крокеты картофельные	10	Картофельные ватрушки с фаршем	15	Картофельное пюре запеченное	10
Шницель из капусты	21	Морковная запеканка с творогом и без творога	15	Картофель и овощи, тушеные в соусе	20
Картофель, запеченный в сметанном соусе	10	Запеканка из моркови и фасоли	11	Картофель, тушеный с грибами и луком или луком и помидорами	20
Грибы в сметанном соусе запеченные	12	Капуста цветная, запеченная под соусом	16	Рагу из овощей	20
Картофельные пирожки с грибами, или морковью, или другим фаршем	11			Свекла тушеная в сметане или соусе	13
Запеканка капустная	15				
Запеканка из тыквы	15				
Запеканка овощная	15				
Пудинг овощной	11				
Пудинг из моркови	11				
Солянка овощная	10				
		Блюда из творога			
Вареники ленивые отварные	5[1]	Сырники с морковью	12	Пудинг из творога (варенный на пару)	10
Сырники из творога	12	Пудинг из творога (запеченный)	15	Запеканка из творога	15
Сырники из творога и картофеля	12				
		Блюда из яиц			
Яйца, сваренные «в мешочек» без скорлупы	10	Яичница-глазунья с мясными продуктами	12	Омлет, смешанный с мясными продуктами	8
Яичная кашка (натуральная)	13	Омлет натуральный	8	Омлет, фаршированный овощами или грибами	12

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Яичница глазунья (натуральная)	12	овощами или грибами	12	ный мясными продуктами	8
Яичница глазунья со шпиком	12	Яичница глазунья с луком	12	Омлет с жареным картофелем (запеченный)	8
Яичница глазунья с жареным картофелем	12	Омлет из яичного порошка	12	Омлет с морковью (запеченный)	15
Яичница глазунья с сыром	12	Омлет со шпиком	8	Омлет с кашей (запеченный)	13
Яичница глазунья с черным хлебом	12	Омлет с луком	8	Драчена	20
Яичница глазунья с		Омлет с сыром	8	Яйца, запеченные под молочным соусом	10
		Омлет, фаршированный вареньем	12		
		Омлет, фарширован-			
Блюда из круп, бобовых и макаронных изделий					
Запеканка рисовая, манная, пшенная, пшеничная	10	Пудинг рисовый, манный, пшенный	16	Биточки или котлеты рисовые, пшенные с морковью	12
Запеканка рисовая с творогом	10	Крупеник	16	Макаронник	16
Запеканка рисовая, пшенная, пшеничная с тыквой	10	Биточки или котлеты пшенные, пшеничные, перловые, ячневые	11	Макароны, запеченные с сыром	9
Запеканка со свежими плодами	10	Биточки или котлеты манные, рисовые	9	Макароны, запеченные с яйцом	8
Пудинг с консервированными плодами	9	Биточки или котлеты с творогом:		Лапшевник с творогом	13
		с яйцом	10	Запеканка из бобовых и картофеля	7
		без яйца	12		
Блюда из мяса и мясопродуктов					
Грудинка фаршированная[2]	19	Макаронник с мясом или субпродуктами	14	Баранина или телятина, запеченная в молочном соусе	13
Почки с окороком, языком и грибами в соусе запеченные	12	Кабачки, баклажаны перец или помидоры, фаршированные мясом и рисом	9	Мозги в молочном соусе запеченные	12
Запеканка картофельная или рулет картофельный с мясом или субпродуктами	14	Голубцы с мясом и рисом	9	Язык с картофелем в соусе запеченный	12
Солянка сборная на сковороде	20	Говядина в луковом соусе запеченная	10	Котлеты натуральные в соусе запеченные	12
Мучные изделия					
Пельмени отварные	9[1]	Оладьи с изюмом	15	Расстегаи с мясом или рыбой	10

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Пельмени мясные, рыбные (промышленного производства)	9[1]	Оладьи с яблоками	15	Расстегаи закусочные	17
Пельмени жареные	12	Оладьи с творогом	15	Расстегаи московские	6,5
Пельмени в омлете	8	Пирожки печеные из дрожжевого теста простые массой 75 г	11	Кулебяки:	
Пельмени, запеченные в сметане	15	сдобные массой 100 г	10	из дрожжевого теста	11
Вареники с творожным, фруктовым или овощным фаршем	9[1]	» » 60 г	13	из слоеного теста	13
Вареники из полуфабриката промышленного производства	9[1]	» » 35 г	14	Колбасные, мясные изделия, запеченные в тесте	9
Блины	23	Пирожки печеные из пресного слоеного теста	15	Клецки	12[1]
Блинчики с мясным, ливерным, творожным, яблочным фаршем, джемом, повидлом или вареньем	35 + 10[3]	Пирожки печеные из пресного сдобного теста	10	Гренки из пшеничного хлеба	36,5
Оладьи	15	Ватрушки:		Гренки с сыром	35
		из пресного слоеного теста	15	Гренки острые	33
		из дрожжевого теста	15	Гренки для горошка, овощных пюре и других блюд	22
				Профитроли	56
				Волованы	16
				Корзиночки (тарталетки) для закусок	12

[1] Привар.
[2] Грудинка, фаршированная кашей, рисом и печенью.
[3] 35%-потери при жаренье самого блинчика (оболочки), 10%-потери при жаренье фаршированного блинчика.
Примечание. Размеры потерь при тепловой обработке блюд и мучных изделий указаны без потерь при порционировании.

Таблица 35

Продолжительность тепловой обработки некоторых продуктов

Наименование продуктов	Вид обработки	Назначение	Средняя продолжительность тепловой обработки, ч, мин[1]
1	2	3	4
Говядина			
Боковой и наружный куски тазобедренной части (1,5 2 кг)	Варка	Вторые и холодные блюда	2 ч 30 мин–3 ч
Плечевая и заплечная части, покромка, грудинка	»	Супы, вторые и холодные блюда	2 ч–2 ч 30 мин
Фрикадельки	Варка в бульоне	Супы	10 мин
Тазобедренная часть, грудинка (1,5–2 кг)	Тушение	Вторые блюда	2 ч–2 ч 30 мин
Мякоть тазобедренной и лопаточной частей, покромка (мелкие куски-гуляш, азу)	»	»	1 ч–1 ч 30 мин

1	2	3	4
Толстый край (целиком)	Жаренье	Вторые блюда	1 ч 40 мин
Тонкий край (целиком)	»	»	60 мин
Толстый и тонкий края (антрекот)	»	»	10–15 мин
Толстый и тонкий края (ромштекс)	»	»	15–20 мин
Вырезка (целиком)	»	»	40 мин
Порционные куски из утолщенной части вырезки (бифштекс)	»	»	15 мин
Порционные куски из средней части вырезки (филе)	»	»	25 мин
Порционные куски (50–80 г) из хвостовой части вырезки (лангет)	»	»	8 мин
Вырезка кусочками массой 5–7 г (бефстроганов)	»	»	3–4 мин
Толстый и тонкие края, верхний и внутренний куски тазобедренной части кусочками массой 5–7 г (бефстроганов)	»	»	7–10 мин
Изделия из котлетной массы (котлеты, биточки, шницели)	»	»	8–10 мин
Баранина			
Мякоть тазобедренной и лопаточной частей, грудинка (1,5–2,5 кг)	Варка	Супы, вторые и холодные блюда	1 ч 30 мин–2 ч
Те же части молодых животных (1,5–2,5 кг)	»	»	1 ч–1 ч 10 мин
Грудинка, корейка, мякоть тазобедренной и лопаточной частей (крупные куски)	Тушение	Вторые блюда	1 ч 30 мин–2 ч
Те же части молодых животных (1,5–2,0 кг)	»	»	30–40 мин
Грудинка, корейка, тазобедренная и лопаточная части (мелкие куски–рагу)	»	»	1 ч–1 ч 30 мин
Тазобедренная и лопаточные части (мелкие куски–шашлык)	Жаренье	»	15–20 мин
Котлеты натуральные, эскалопы	»	»	10–12 мин
Котлеты отбивные, шницели	»	»	8–10 мин
Мякоть тазобедренной и лопаточной частей, грудинка (1,5–2,5 кг)	»	Вторые и холодные блюда	1 ч 10 мин
Свинина			
Мякоть лопаточной части (целиком)	Варка	Супы, холодные и вторые блюда	1 ч 30 мин–2 ч
Грудинка (целиком) натуральная	»	»	1 ч 30 мин–2 ч
Грудинка (целиком) натуральная	Жаренье	Холодные и вторые блюда	1 ч–1 ч 10 мин
Грудинка (целиком) фаршированная	»	Вторые блюда	1 ч–1 ч 30 мин
Тазобедренная часть (целиком)	»	»	2 ч–2 ч 30 мин
Куски тазобедренной части	»	»	50–60 мин
Корейка (целиком)	»	»	1 ч 30 мин
Мякоть лопаточной части (целиком)	»	»	1 ч 30 мин
Котлеты натуральные, эскалопы	»	»	10–12 мин
Котлеты отбивные, шницели	»	»	8–10 мин
Телятина			
Лопаточная часть (целиком)	Варка	Вторые и холодные блюда	1 ч 20 мин
Грудинка натуральная	»	Супы и вторые блюда	1 ч 30 мин
То же	Жаренье	Вторые блюда	45 мин

1	2	3	4
Грудинка фаршированная	Жаренье	Вторые блюда	50 - 60 мин
Тазобедренная часть (до 4 кг)	»	»	1 ч 50 мин
Куски тазобедренной части (1 – 1,5 кг)	»	»	40 - 50 мин
Лопаточная часть (рулет)	»	»	1 ч 20 мин
Котлеты натуральные	»	»	8 - 10 мин
Котлеты отбивные, шницели	»	»	8 – 10 мин
Субпродукты			
Почки говяжьи, телячьи	Варка	Первые и вторые блюда	1 ч 30 мин
Мозги говяжьи, телячьи	»	Вторые блюда	10 15 мин
Языки говяжьи (без горловины)	»	»	2 ч - 2 ч 30 мин
Рубцы (желудки)	»	»	4 - 5 ч
Легкое	»	»	2 ч
Сердце	»	»	2 ч 15 мин- 2 ч 30 мин
Головы свиные	»	»	2 ч - 2 ч 30 мин
Ножки телячьи	»	»	3 ч 30 мин
Вымя говяжье	»	»	4 ч
Почки говяжьи отварные (ломтиками)	Жаренье	»	5 - 6 мин
Почки телячьи сырые (ломтиками)	»	»	3 - 5 мин
Мозги говяжьи, телячьи отварные, панированные в муке, льезоне и сухарях	Жаренье во фритюре	Вторые блюда	8 - 12 мин
Мозги говяжьи, телячьи отварные, панированные в муке	Жаренье	»	6 – 8 мин
Порционные куски говяжьей или свиной печени	Тушение	»	20 - 25 мин
Порционные куски говяжьей или свиной печени, панированные в муке	Жаренье	»	15 - 20 мин
Ножки телячьи отварные, панированные в муке, льезоне и сухарях	Жаренье во фритюре	»	15 мин
Мясокопчености			
Ветчина (окорок) сырокопченая (до 5 кг)[2]	Варка	Супы и вторые блюда	2 ч 30 мин - 3 ч
Грудинка свиная копченая	»	»	2 ч - 2 ч 30 мин
Корейка свиная копченая	»	»	2 ч - 2 ч 30 мин
Колбасные изделия			
Сосиски	Варка	Вторые блюда	3 - 5 мин
Сардельки	»	»	7 - 10 мин
Колбаса	»	»	10 – 15 мин
Сосиски и сардельки сырые	Жаренье	»	12 – 15 мин
Птица			
Куры	Варка	Супы и вторые блюда	50 60 мин
Куры (взрослые)	»	»	3 - 4 ч
Цыплята	»	»	20 – 30 мин
Бройлеры-цыплята	»	»	20 - 25 мин
Гуси	»	»	1 – 2 ч
Утки	»	»	1 ч – 1 ч 10 мин
Индейки	»	»	1 ч - 1 ч 30 мин
Куропатки, тетерева, рябчики	»	Холодные блюда	20 – 40 мин
Куры (филейная часть)	Припускание	Вторые блюда	12 – 15 мин
Бройлеры-цыплята (филейная часть)	»	»	12 - 15 мин
Куры	Жаренье	»	40 – 60 мин

1	2	3	4
Цыплята	Жаренье	Вторые блюда	20–30 мин
Бройлеры-цыплята	»	»	20–25 мин
Гуси	»	»	1 ч–1 ч 30 мин
Утки	»	»	45–50 мин
Индейки	»	»	1 ч–1 ч 15 мин
Тетерева	»	»	40–45 мин
Куропатки и рябчики	»	»	20–25 мин
Куры (филейная часть)	»	»	8–10 мин
Бройлеры-цыплята (филейная часть)	»	»	8–10 мин
Куры	Тушение сырых порционных кусков	»	50 мин
Цыплята	»	»	35 мин
Бройлеры-цыплята	»	»	45 мин
Гуси	»	»	55 мин
Утки	»	»	55 мин
Индейки	»	»	60 мин
Куры	Тушение жареных порционных кусков	»	20 мин
Цыплята	»	»	15 мин
Бройлеры-цыплята	»	»	15 мин
Гуси	»	»	25 мин
Утки	»	»	25 мин
Индейки	»	»	25 мин
Куры	Жаренье во фритюре вареных порционных кусков	»	5–10 мин
Цыплята	»	»	5–10 мин
Бройлеры-цыплята	»	»	5–10 мин
Гуси	»	»	5–10 мин
Утки	»	»	5–10 мин
Индейки	»	»	5–10 мин
Изделия из котлетной массы	Жаренье	Вторые блюда (котлеты, биточки)	8–10 мин
Рыба			
Осетр (звеном)	Варка	Супы, вторые блюда	1 ч–1 ч 30 мин
Севрюга (звеном)	»	»	45–60 мин
Белуга (куском 2–3 кг)	»	»	2 ч–2 ч 30 мин
Камбала-ерш северная, камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной), кабан-рыба, каранкс, клыкач, ледяная рыба, макрурус, минтай, пристипома, сквама, карась океанический (непластованные, кусками)	»	Супы, холодные и вторые блюда	5–6 мин
Путассу (непластованный, кусками)	»	Супы, вторые блюда	5–6 мин
Сардинелла (непластованная, кусками)	»	Холодные, вторые блюда	5–6 мин
Макрель Индийского океана (непластованная, кусками)	»	Супы, холодные и вторые блюда	6–7 мин
Вомер (рыба-луна), скумбрия дальневосточная (непластованные, кусками)	»	Холодные и вторые блюда	6–7 мин
Баттерфиш (рыба-зеркало), пристипома (целиком)	»	Супы, холодные и вторые блюда	6–7 мин

1	2	3	4
Белуга, севрюга, осетр (порционными кусками)	Припускание	Вторые блюда	10–15 мин
Кабан-рыба, камбала-ерш северная, камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной), камбала исландская, каранкс, карась океанический, клыкач, ледяная рыба, макрурус, минтай, пристипома, сквама (непластованные, кусками)	»	Супы, холодные и вторые блюда	7–9 мин
Путассу, макрель Индийского океана (непластованные, кусками)	»	Супы, вторые блюда	7–9 мин
Баттерфиш (рыба-зеркало) (целиком)	»	Супы, холодные и вторые блюда	7–9 мин
Пристипома (целиком)	»	Вторые блюда	15 мин
Судак, лосось, сом, камбала, треска и др. (порционными кусками)	»	»	15–20 мин
Камбала-ерш северная, камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной), камбала исландская, клыкач (непластованные, кусками)	»	»	10–12 мин
Осетр (звеном)	Жаренье	»	40–45 мин
Севрюга (звеном)	»	»	30–40 мин
Белуга, севрюга, осетр (порционными кусками)	»	»	15–20 мин
Бычок океанический, вомер (рыба-луна), кабан-рыба, карась океанический, каранкс, ледяная рыба, макрель Индийского океана, макрурус, минтай, пристипома, путассу, сардинелла, серионелла, сквама, терпуг (непластованные, кусками)	»	Холодные и вторые блюда	12–15 мин
Ставрида океаническая, красноперка дальневосточная (непластованные, кусками)	»	Вторые блюда	12–15 мин
Баттерфиш (рыба-зеркало), сардинопс (целиком)	»	Холодные и вторые блюда	12–15 мин
Пристипома (целиком)	»	»	18–20 мин
Изделия из котлетной массы	»	Вторые блюда	10–15 мин
Севрюга, осетр, белуга (порционными кусками)	Жаренье на вертеле (грилье)	»	10–15 мин
Сардинелла (непластованная, кусками)	Жаренье во фритюре	»	7–8 мин
Терпуг (непластованный, кусками)	»	»	8–11 мин
Судак, лосось, сом, камбала, треска и др. (порционными кусками)	»	»	8–11 мин
Морепродукты			
Кальмар мороженый разделанный (тушка) с кожицей или кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей	Варка	Вторые и холодные блюда	5 мин
Капуста морская (ламинария) сушеная пищевая	»	Холодные блюда	2 ч
Капуста морская мороженая	»	»	2 ч
Креветки сыромороженые неразделанные (целые)			
мелкие	»	Холодные и вторые блюда	5 мин
средние	»	»	8 мин
крупные	»	»	10 мин

1	2	3	4
Креветки варено-мороженые неразделанные (целые)	Варка	Холодные и вторые блюда	3 мин
Лангусты сыромороженые разделанные (шейки в панцире)	»	»	15–20 мин
Паста белковая «Океан» мороженая	Припускание	»	10 мин
Филе морского гребешка мороженое	Варка	»	10–15 мин
Раки	»	»	12–15 мин
	Клубнеплоды		
Картофель очищенный (целый)	Варка в воде	Вторые блюда, гарниры	30 мин
То же	Варка на пару	»	45 мин
То же, молодой	Варка в воде	»	10–15 мин
Картофель неочищенный	Варка в воде	Холодные блюда, вторые блюда, гарниры	30 мин
Картофель, нарезанный брусочками, кубиками	Варка в бульоне, в воде	Супы	12–15 мин
Картофель, нарезанный кубиками	Варка в воде, молоке	Вторые блюда, гарниры	20 мин
Картофель, нарезанный брусочками	Жаренье	»	15–20 мин
Картофель, нарезанный брусочками и соломкой	Жаренье во фритюре	»	5–10 мин
	Корнеплоды		
Ботва свеклы	Варка в воде, бульоне	Супы	7–10 мин
Свекла неочищенная (в коже)	Варка в воде	Холодные блюда и гарниры	1 ч 30 мин
Свекла, нарезанная соломкой	Припускание	Борщи	30 мин
Свекла отварная	Тушение	Вторые блюда	15 мин
Морковь неочищенная (в коже)	Варка в воде	Салаты, гарниры	25 мин
Морковь, нарезанная ломтиками	Припускание	»	15–20 мин
Морковь, нарезанная соломкой	Пассерование	Супы, вторые блюда, соусы	10–20 мин
Репа, нарезанная кубиками	Варка в воде	Гарниры	10–15 мин
	Капустные овощи		
Капуста белокочанная ранняя (целыми кочанами)	Варка в воде	Вторые блюда	10–12 мин
Капуста белокочанная ранняя (крупными кусками)	Варка в воде	Вторые блюда	10–15 мин
Капуста белокочанная свежая (шинкованная)	Тушение	Вторые блюда и гарниры	45 мин–1 ч30 мин
Капуста белокочанная	Жаренье	Фарши	20–30 мин
То же (целыми кочанами и крупными кусками)	Варка в воде	Вторые блюда	30–50 мин
То же (целыми кочанами для голубцов)	»	»	20 25 мин
То же белокочанная (шинкованная)	»	Супы	20–30 мин
Кольраби (полукружками)	»	Вторые блюда и гарниры	8–10 мин
Капуста цветная	»	»	20 мин
Капуста брюссельская	»	»	12 мин
	Салатно-шпинатные овощи		
Шпинат	Варка	Супы	8–10 мин
Щавель	»	»	5–7 мин
Шпинат, щавель	Припускание	Супы, вторые блюда	8–12 мин

Продолжение

1	2	3	4
	Луковые овощи		
Лук-порей шинкованный	Пассерование	Супы	15–20 мин
Лук репчатый, мелко нашинкованный	»	»	10–15 мин
То же	»	Соусы	15–20 мин
Лук репчатый, нарезанный кольцами	Жаренье во фритюре	Гарниры	5–8 мин
Лук-севок нашинкованный	Пассерование	»	15–20 мин
	Десертные овощи		
Ревень очищенный	Варка в воде	Компот, кисель, супы	5–10 мин
	Томатные овощи		
Перец сладкий свежий	Запекание	Вторые блюда	15–20 мин
	Плодовые овощи		
Тыква, нарезанная кубиками	Припускание	Вторые блюда	15–20 мин
Кабачки, нарезанные кубиками	»	Вторые блюда и гарниры	15–20 мин
	Бобовые овощи		
Горох овощной (лопатка) свежий	Варка	Супы	8–10 мин
Горох зеленый сушеный	»	Гарниры	1 ч 45 мин–2 ч 15 мин
Фасоль овощная (лопатка) свежая	»	»	8–10 мин
	Деликатесные овощи		
Артишоки	Варка в воде	Вторые блюда и гарниры	25–35 мин
Спаржа очищенная	»	»	20–30 мин
	Зерновые овощи		
Кукуруза (початками)	Варка	Вторые блюда и гарниры	1 ч–1 ч 30 мин
	Грибы		
Белые свежие	»	Супы и вторые блюда	35–45 мин
Белые сушеные	»	То же и соусы	1 ч 30 мин–2 ч
Белые свежие нашинкованные	Жаренье	Вторые блюда и гарниры	15–20 мин
Шампиньоны свежие	Варка	Супы и вторые блюда	20–25 мин
Шампиньоны свежие нашинкованные	Жаренье	Вторые блюда и гарниры	15–20 мин
Шампиньоны свежие	Припускание	Супы и вторые блюда	5–10 мин
	Изделия из теста		
Пирожки печеные из дрожжевого теста	Выпекание	–	8–10 мин
Пирожки печеные из пресного слоеного теста	»	–	20–25 мин
Пирожки печеные сдобные из пресного теста	»	–	10–12 мин

Продолжение

1	2	3	4
Ватрушки	Выпекание	–	6–8 мин
Расстегаи	»	–	8–10 мин
Кулебяки	»	–	45–60 мин
Колбасные, мясные изделия, запеченные в тесте	»	–	20–30 мин
Профитроли	»	–	30–35 мин
Волованы	»	–	25–30 мин

---

[1] Указанная в таблице продолжительность тепловой обработки различных продуктов является ориентировочной и может меняться в зависимости от ряда факторов: возраста убойного животного, помологического сорта плодов и овощей, используемого оборудования, объема приготовляемой партии и др. Продолжительность варки дана с момента закипания.

Приведенное в таблице время тушения различных изделий включает в себя как собственно тушение, так и предварительное обжаривание продукта.

[2] При варке окорока массой более 5 кг продолжительность варки увеличится из расчета 1 час на каждый кг дополнительной массы. Тепловую обработку продуктов производят при оптимальных температурных режимах греющей среды.

1. Для варки при атмосферном давлении (овощи, бобовые, крупы, макаронные и мучные изделия, мясо, птица, рыба, морепродукты, мясные кости) 90–100°С.
2. Для варки при избыточном давлении (свекла, бобовые, мясные кости для бульонов)–110–119°С.
3. Для припускания (картофель, морковь, кабачки и другие быстроразваривающиеся овощи, цыплята, филе птицы и дичи, рыба и некоторые морепродукты)–100–102°С.
4. Для тушения (картофель, морковь, свекла, капуста, рыба, морепродукты, мясо, птица)–95–100°С.
5. Для жаренья в небольшом количестве жира (картофель, овощи, мясо, птица, рыба, морепродукты, блины и блинчики):
на открытой поверхности плит 150–180°С,
в жарочных шкафах–150–280°С.
Картофель, овощи и изделия из них (котлеты, зразы и др.) жарят при температуре 150–160°С до появления поджаристой корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу, разогретом до 250–280°С; рыбу обжаривают при температуре 160°С, обжаренную с обеих сторон рыбу дожаривают в жарочном шкафу, разогретом до 250°С; мясо обжаривают на плите до образования поджаристой корочки или ставят в жарочный шкаф, нагретый до температуры 200–250°С, и дожаривают мясо при температуре 150°С; птицу, дичь или кроликов обжаривают при температуре 150–160°С до образования корочки, затем доводят до полной готовности в жарочном шкафу, разогретом до 200–250°С.
6. Для жаренья в грилях 150–350°С.
7. Для запекания после варки, припускания или жаренья (овощи, мясо, рыба, морепродукты, крупяные запеканки, макаронники и др.) 250–300°С.
8. Для выпекания (различные изделия из теста)–160–260°С.

НОРМЫ ВЗАИМОЗАМЕНЯЕМОСТИ ПРОДУКТОВ ПРИ ПРИГОТОВЛЕНИИ БЛЮД

Таблица «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд» составлена исходя из требований, предъявляемых к качеству продуктов действующей нормативно-технической документацией, на основе норм взаимозаменяемости продуктов, действующих в системе общественного питания и пищевой промышленности, с учетом отходов и потерь при кулинарной обработке заменяемых продуктов.

В таблице предусмотрена взаимозаменяемость продуктов одного наименования, находящихся в различной степени готовности (горошек зеленый свежий, консервированный) или относящихся к одной группе товаров (молоко цельное, сливки сухие или сгущенные с сахаром).

В графу 2 «Наименование заменяемых продуктов» включены продукты, входящие в состав рецептур блюд, а в графу 4 «Наименование заменяющих продуктов» вошли продукты, которые могут заменить основные продукты, входящие в рецептуры.

Расчет норм взаимозаменяемости произведен с учетом основных физико-химических показателей качества продуктов:

для молочных продуктов–по содержанию сухого обезжиренного молочного остатка (СОМО), жира, влаги;

для различных жиров–по содержанию жира;

при замене свежих овощей на сушеные и консервированные–по содержанию сухих веществ, с учетом отходов и потерь при холодной и тепловой обработках, отходов на маринад и т. д.

Так, например, замена молока коровьего пастеризованного цельного на молоко цельное сгущенное с сахаром произведена с таким расчетом, чтобы в определяемом количестве молока цельного сгущенного с сахаром содержалось жира, сахара и СОМО примерно столько же, сколько и в 1 кг молока коровьего пастеризованного цельного:

Наименование продуктов	Эквивалентные количества продуктов, кг	Содержание					
		жира		сахара		СОМО	
		%	кг	%	кг	%	кг
Молоко коровье пастеризованное цельное	1,00	3,2	0,032	—	—	8,1	0,081
Молоко цельное сгущенное с сахаром	0,38	8,5	0,033	44[1]	0,17	20,0	0,076

[1] По данным ВНИИКП Минпищепрома СССР.

Учитывая, что при примерно одинаковом содержании жира и СОМО в эквивалентных количествах того и другого вида молока в сгущенном молоке содержится 0,17 кг сахара, в таблице предусмотрена замена с указанием на соответствующее уменьшение закладки сахара в рецептурах, где такая замена может быть осуществлена.

При пользовании этими нормами следует иметь в виду, что пищевая ценность некоторых взаимозаменяемых продуктов неодинакова. Так, например, качество сушеных овощей значительно ниже качества свежих, так как в процессе сушки овощи теряют такие ценные вещества, как витамины С и А. Поэтому при использовании сушеных овощей необходимо восполнять недостаток витаминов. Для этого вводят в меню блюда, богатые витаминами, – кисели, напитки из шиповника, натуральные соки из фруктов, томатов и т. п. При отсутствии этих продуктов необходимо витаминизировать пищу препаратами витаминов в соответствии с действующей инструкцией.

Таблица 36

НОРМЫ ВЗАИМОЗАМЕНЯЕМОСТИ ПРОДУКТОВ ПРИ ПРИГОТОВЛЕНИИ БЛЮД

№ п/п	Наименование заменяемых продуктов	Масса продуктов брутто, кг	Наименование заменяющих продуктов	Эквивалентная масса продуктов брутто, кг	Кулинарное использование
1	2	3	4	5	6
1	Яйца без скорлупы	1,00	Яичный порошок	0,28	В блюдах из яиц, запеканках, мучных изделиях, для панирования изделий, в сладких блюдах
2	То же	1,00	Яичный меланж мороженый	1,00	То же
3	Жиры животные топленые пищевые	1,00	Жир топленый сельскохозяйственной птицы	1,00	В блюдах и изделиях из сельскохозяйственной птицы, дичи и мяса
4	То же	1,00	Масло коровье топленое	1,02	В супах, соусах, мясных, рыбных, овощных блюдах, гарнирах и др.
5	То же	1,00	Маргарин столовый	1,22	То же
6	Шпик	1,00	Внутренний жир сельскохозяйственной птицы (куриный)	0,93	В блюдах из птицы и дичи и изделиях из рубленого мяса
7	То же	1,00	Масло коровье топленое	0,82	В супах, гарнирах, паштетах
8	То же	1,00	Маргарин столовый	0,98	В супах, гарнирах, паштетах

1	2	3	4	5	6
9	Масло коровье несоленое, вологодское	1,00	Масло крестьянское	1,13[1]	В кулинарных изделиях и блюдах (кроме заправки блюд при отпуске)
10	То же	1,00	Масло коровье любительское	1,06	То же
11	То же	1,00	Масло коровье соленое (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,02 кг)	1,00	В фаршах, блинах, оладьях
12	То же	1,00	Масло коровье топленое	0,84	В фаршах, блинах, оладьях и для заправки кулинарных изделий
13	То же	1,00	Жир топленый сельскохозяйственной птицы	0,83	В блюдах из птицы и дичи, бобовых, в рассыпчатых кашах
14	То же	1,00	Маргарин столовый	1,01[1]	В кашах, блюдах из птицы и дичи (кроме заправки блюд при отпуске)
15	Маргарин столовый	1,00	Маргарин безмолочный	1,00	В овощных, рыбных, мясных блюдах, мучных изделиях и др.
16	То же	1,00	Масла растительные рафинированные	0,84	В рассыпчатых кашах, супах и блюдах из бобовых, в тесте для простых и столовых пирожков
17	Масло подсолнечное	1,00	Масло арахисовое, кукурузное, соевое, хлопковое, оливковое	1,00	В холодных блюдах, мучных изделиях, маринадах, блюдах из рыбы и др.
18	Масло подсолнечное рафинированное	1,00	Масло подсолнечное нерафинированное	1,00	В маринадах, некоторых соусах, холодных, овощных, рыбных блюдах, мучных изделиях
19	Кулинарные жиры[2]	1,00	Пищевые топленые жиры (говяжий, свиной, бараний)	1,00	В блюдах из круп, мясных, рыбных, овощных и других блюдах
20	То же	1,00	Шпик	1,25	В супах, мясных, рыбных, овощных и других блюдах
21	То же	1,00	Масло коровье топленое	1,02	То же
22	То же	1,00	Маргарин столовый	1,22	В супах, мясных, рыбных, овощных и других блюдах
23	То же	1,00	Масло подсолнечное	1,00	В мясных, овощных, рыбных блюдах
24	Молоко коровье пастеризованное цельное	1,00	Молоко коровье пастеризованное нежирное (с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,04 кг)	1,00	В супах, соусах, блюдах из яиц, сладких блюдах, мучных изделиях, кашах
25	То же	1,00	Молоко коровье цельное сухое	0,12	В супах, соусах, блюдах из яиц, сладких блюдах, мучных изделиях, овощных блюдах, напитках и др.

Продолжение

1	2	3	4	5	6
26	Молоко коровье пастеризованное цельное	1,00	Молоко коровье обезжиренное сухое (с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,04 кг)	0,09	В супах, соусах, сладких блюдах, блюдах из яиц, мучных изделиях, кашах
27	То же	1,00	Сливки сухие (с уменьшением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,042 кг)	0,16	В молочных кашах и мучных кулинарных изделиях
28	То же	1,00	Молоко цельное сгущенное с сахаром (с уменьшением закладки в рецептуре сахара на 0,17 кг)	0,38	В сладких блюдах и напитках (кроме молочных коктейлей)
29	То же	1,00	Молоко сгущенное стерилизованное в в банках	0,46	В супах, соусах, сладких блюдах, мучных изделиях и напитках (кроме молочных коктейлей) и др.
30	То же	1,00	Сливки сгущенные с сахаром (с уменьшением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,07 кг и сахара на 0,18 кг)	0,48	В молочных кашах, мучных изделиях
31	Творог жирный (содержание жира не менее 18%)	1,00	Творог полужирный (содержание жира не менее 9%) – с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,12 кг	0,88	В кулинарных изделиях и блюдах из творога
32	Творог полужирный (содержание жира не менее 9%)	1,00	Творог нежирный (с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,11 кг)	0,89	В кулинарных изделиях и блюдах из творога
33	То же	1,00	Масса творожная полужирная без наполнителей (с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,03 кг и уменьшением закладки сахара на 0,16 кг)	0,97[3]	То же
34	Раки речные	1,00	Креветки	1,00	В холодных и вторых горячих блюдах из морепродуктов
35	Визига сырая	1,00	Визига вяленая	0,25	В супах и фаршах
36	Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,00	Дрожжи хлебопекарные сухие	0,25	Для приготовления напитков, мучных изделий
37	Сухари панировочные пшеничные из муки 1-го сорта	1,00	Хлеб пшеничный из муки не ниже 1-го сорта	1,56	Для панирования кулинарных изделий

1	2	3	4	5	6
38	Сахар-песок	1,00	Рафинадная пудра	1,00	В сладких блюдах, запеканках, пудингах
39	Сахар-песок	1,00	Мед натуральный	1,25	В напитках, киселях, муссах, желе
40	Крахмал картофельный сухой (20%-ной влажности)	1,00	Крахмал картофельный сырец (50%-ной влажности)	1,60	В киселях, сладких супах
41	Крахмал картофельный	1,00	Крахмал кукурузный	1,50	В молочных киселях, желе
42	Картофель свежий продовольственный	1,00	Пюре картофельное сухое	0,25	В супах-пюре, блюдах из отварного протертого картофеля
43	Брюква столовая свежая	1,00	Кольраби свежая	1,22	В заправочных супах, гарнирах, блюдах из овощей
44	Горошек зеленый (консервы)	1,00	Горох овощной (лопатка) свежий	0,82	В холодных блюдах, супах, овощных блюдах, гарнирах
45	То же	1,00	Фасоль овощная (лопатка) свежая	0,82	То же
46	То же	1,00	Зеленый горошек свежий быстрозамороженный	0,71	То же
47	Маслины	1,00	Оливки	1,00	В холодных блюдах, блюдах из рыбы, солянках
48	То же	1,00	Каперсы	1,00	В солянках
49	Зелень укропа, петрушки, сельдерея свежая	1,00	Зелень укропа, петрушки, сельдерея веточками соленая (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,29 кг)	1,00	Для ароматизации бульонов, супов, соусов
50	То же	1,00	Зелень укропа, петрушки, сельдерея измельченная соленая (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,22 кг)	0,76	То же
51	Зелень укропа, петрушки, сельдерея свежая	1,00	Зелень укропа, петрушки, сельдерея веточками быстрозамороженная	0,76	Для ароматизации бульонов, супов, соусов
52	Щавель свежий	1,00	Пюре из щавеля (консервы)	0,40	В супах с использованием щавеля
53	Шпинат свежий	1,00	Пюре из шпината (консервы)	0,40	В супах с использованием шпината, овощных блюдах
54	Кабачки маринованные или консервированные (целые или резаные)	1,00	Патиссоны маринованные или консервированные (целые или резаные)	1,00	В холодных блюдах, гарнирах
55	Капуста белокочанная свежая	1,00	Капуста белокочанная сушеная	0,074	В супах
56	Капуста цветная свежая	1,00	Капуста цветная маринованная	0,85	В салатах, супах, овощных блюдах, гарнирах

Продолжение

1	2	3	4	5	6
57	Лук репчатый свежий	1,00	Лук зеленый свежий	1,05	В салатах
58	То же	1,00	Лук репчатый сушеный	0,14	В супах, соусах, тушеных блюдах
59	То же	1,00	Лук репчатый маринованный	1,53	В холодных закусках, гарнирах
60	То же	1,00	Лук репчатый пассерованный (30%-ной ужарки) быстрозамороженный (с уменьшением закладки в рецептуре маргарина на 0,08 кг)	0,63	В супах, соусах, фаршах
61	То же	1,00	Лук репчатый пассерованный (50%-ной ужарки) быстрозамороженный (с уменьшением закладки в рецептуре маргарина на 0,09 кг)	0,43	То же
62	Лук-порей свежий	1,00	Лук зеленый свежий	0,95	В супах, холодных блюдах, гарнирах, блюдах из овощей
63	Морковь столовая свежая	1,00	Морковь столовая сушеная	0,11	В супах, соусах, тушеных блюдах
64	То же	1,00	Морковь гарнирная (консервы)	1,40	В рецептурах, где используется морковь столовая свежая
65	То же	1,00	Морковь бланшированная быстрозамороженная	0,80	В рецептурах, где используется морковь столовая свежая
66	То же	1,00	Морковь пассерованная быстрозамороженная (с уменьшением закладки в рецептуре маргарина на 0,08 кг)	0,55	В супах, соусах, гарнирах
67	Огурцы соленые	1,00	Огурцы консервированные или маринованные	1,64	В салатах, винегретах, супах и соусах
68	Огурцы соленые или маринованные (масса нетто)	1,00	Помидоры соленые или маринованные (масса нетто)	1,00	В салатах, винегретах
69	Огурцы соленые	1,00	Патиссоны консервированные (целые, резаные)	1,73	В холодных блюдах, гарнирах
70	То же	1,00	Кабачки консервированные	1,67	То же
71	Пикули маринованные	1,00	Патиссоны маринованные	1,00	То же
72	Пастернак, петрушка, сельдерей корневые свежие	1,00	Белые коренья петрушки, сельдерея и пастернака сушеные	0,15	В супах, соусах, при тушении мяса, рыбы, овощей
73	Петрушка корневая свежая	1,00	Белые коренья петрушки пассерованные быстрозамороженные (с уменьшением закладки в рецептуре маргарина на 0,07 кг)	0,48	То же

1	2	3	4	5	6
74	Перец сладкий стручковый	1,00	Перец сладкий маринованный целый	1,53	В холодных, овощных блюдах, гарнирах
75	То же	1,00	Перец сладкий маринованный половинками	1,4	В холодных, овощных блюдах, гарнирах
76	Помидоры свежие	1,00	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12%	0,46	В супах, соусах и при тушении овощей
77	То же	1,00	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 15%	0,37	То же
78	То же	1,00	Сок томатный натуральный[4]	1,22	В супах, соусах и при тушении овощей
79	То же	1,00	Консервы. Томаты натуральные целые (округлые плоды)	1,70	В холодных блюдах и гарнирах
80	То же	1,00	Консервы. Томаты натуральные (сливовидные плоды)	1,42	То же
81	Репа столовая свежая	1,00	Брюква столовая свежая	0,96	В заправочных супах, гарнирах, блюдах из овощей
82	То же	1,00	Кольраби свежая	1,18	То же
83	Свекла столовая свежая	1,00	Свекла столовая сушеная	0,13	В борщах и свекольниках
84	То же	1,00	Свекла гарнирная или маринованная (консервы)	1,40	В блюдах, где используется свекла столовая свежая
85	То же	1,00	Свекла бланшированная быстрозамороженная	0,80	То же
86	Чеснок свежий	1,00	Приправа чесночная (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,25 кг)	1,04	В блюдах, где используется чеснок свежий
87	Грибы белые свежие	1,00	Шампиньоны свежие	1,07	В супах, соусах, вторых блюдах и фаршах
88	Шампиньоны свежие	1,00	Грибы белые сушеные	0,27	В супах, соусах, вторых блюдах и фаршах
89	То же	1,00	Шампиньоны консервированные	0,71	То же
90	Яблоки свежие	1,00	Яблоки целые, половинками, чертвертушками (бланшированные в сахарном сиропе) быстрозамороженные	0,8/0,73[5]	В сладких блюдах
91	Ткемали свежие (алыча мелкоплодная)	1,00	Лаваш фруктовый	0,25	То же
92	Брусника свежая	1,00	Клюква свежая	1,00	В салатах из капусты и в сладких блюдах
93	Урюк	1,00	Курага, кайса	0,75	В пудингах, соусах, сладких блюдах
94	Виноград сушеный (изюм, сабза)	1,00	Цукаты, кайса, курага	1,00	То же
95	Ядро ореха миндаля сладкого	1,00	Ядро грецких орехов, фундука, арахиса	1,00	В сладких блюдах, пудингах

1	2	3	4	5	6
96	Повидло, джем	1,00	Мармелад фруктово-ягодный (резной)	0,84	В сладких блюдах
97	То же	1,00	Варенье без косточек	1,00	То же
98	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12%	1,00	Сок томатный натуральный	2,66	В супах, соусах и при тушении мяса, рыбы, овощей и т. д.
99	То же	1,00	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 15%	0,80	То же
100	То же	1,00	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 20%	0,60	То же
101	То же	1,00	Томатная паста с содержанием сухих веществ 25–30%	0,40	То же
102	То же	1,00	Томатная паста с содержанием сухих веществ 35–40%	0,30	То же
103	То же	1,00	Томатная паста соленая с содержанием сухих веществ 27–32% (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,04 кг)	0,4	То же
104	То же	1,00	Томатная паста соленая с содержанием сухих веществ 37% (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,03 кг)	0,3	То же
105	То же	1,00	Соус томатный острый	0,41	То же
106	Соус томатный острый	1,00	Соус Кубанский	1,00	То же
107	Соус Южный	1,00	Соусы: Восток, Московский, Любительский, Столовый	1,00	В холодных блюдах, соусах, блюдах из рыбы, солянках
108	Острая ткемалевая подливка	1,00	Барбарис сушеный	0,05	В национальных блюдах
109	Анис	1,00	Тмин, бадьян	1,00	То же
110	Ванилин	1,00	Ванильный сахар	20,0	В сладких блюдах
111	То же	1,00	Ванильная эссенция	12,7	То же
112	Чай черный байховый нерасфасованный	1,00	Чай плиточный черный	1,00	В напитках
113	Кофе натуральный жареный	1,00	Кофе натуральный растворимый	0,35	То же
114	Мадера	1,00	Портвейн	1,00	В соусах
115	Уксус спиртовой натуральный пищевой 3%-ный	1,00	Уксус спиртовой натуральный пищевой 6%-ный	0,50	При заправке первых блюд, холодных блюд при изготовлении растворов уксуса, для маринадов
116	То же	1,00	Уксус спиртовой натуральный пищевой 9%-ный	0,33	То же

1	2	3	4	5	6
117	Уксус спиртовой натуральный пищевой 3%-ный	1,00	Уксус спиртовой натуральный пищевой 12%-ный	0,25	При заправке первых блюд, холодных блюд, при изготовлении растворов уксуса, для маринадов
118	То же	1,00	Уксусная эссенция 80%-ная	0,04	То же
119	То же	1,00	Кислота лимонная пищевая	0,03	В блюдах и изделиях, где используется уксус
120	Кислота лимонная пищевая	1,00	Кислота винная пищевая	1,00	В блюдах и изделиях, где используется лимонная кислота
121	Желатин	1,00	Агароид	0,70	В сладких желированных блюдах

[1] При использовании жиров для заправки при отпуске блюд количества заменяемого и заменяющего жира одинаковы.
[2] Кулинарные жиры Восточный и маргагуселин не применяют для жаренья рыбы, творожных и некоторых овощных блюд (котлет морковных, свекольных, запеканок).
[3] При использовании массы творожной с другим содержанием жира или сахарозы норму замены следует устанавливать на местах путем соответствующего пересчета.
[4] Расчет нормы замены произведен в соответствии с ГОСТ 937-72.
[5] Числитель – масса яблок при размораживании полуфабриката на воздухе, знаменатель – масса яблок при размораживании полуфабриката в сахарном сиропе.

Сухое молоко. Для получения одного литра восстановленного молока берут (в зависимости от сорта) 110–130 г просеянного молочного порошка и 900 г кипяченой воды (60–70 °С). При температуре воды выше 70 °С белки молочного порошка свертываются и растворимость его снижается. Чтобы предупредить образование комочков, просеянный порошок разводят в небольшом количестве теплой воды и тщательно перемешивают до получения однородной полужидкой массы, затем, помешивая, доливают остальную воду. Для лучшего набухания белковых и жировых частиц разведенное молоко ставят на 30–40 мин в прохладное место.

Сухие сливки разводят так же, как сухое молоко.

Сушеные овощи. Морковь, свеклу и другие сушеные овощи перед использованием перебирают, промывают и заливают холодной водой для набухания (на 3–4 ч). При набухании овощи увеличиваются в объеме в 3–4 раза. Варят сушеные овощи в той же воде в течение 20–30 мин. При изготовлении борща сушеные овощи (морковь, лук) после набухания можно спассеровать.

Сухое картофельное пюре. В зависимости от назначения сухое картофельное пюре восстанавливают с большим или меньшим количеством жидкости. Количество жидкости определяют, умножая количество картофельных гранул (или хлопьев), заменяющих свежий картофель в рецептурах блюд, на жидкостный коэффициент:

Наименование сухого картофельного пюре	Жидкостный коэффициент	
	для блюд жареных, запеченных, фаршей	для картофельного пюре(гарнира)
Картофельные хлопья	3	4
Картофельные гранулы	3	4

При восстановлении картофельных хлопьев в кипяченую воду, охлажденную до 80°С, или в смесь воды с молоком (согласно рецептуре) добавляют растопленное масло коровье несоленое или маргарин и соль. Подготовленную смесь постепенно наливают в кастрюлю или сотейник с дном большого диаметра и одновременно при помешивании засыпают хлопья. Кастрюлю (или сотейник) закрывают крышкой и выдерживают при 80°С в течение 3 – 5 мин до полного восстановления сухого картофельного пюре.

Картофельные гранулы восстанавливают следующим образом: в кастрюлю или сотейник с дном большого диаметра вливают воду или смесь воды с молоком, доводят до кипения, добавляют соль и растопленное масло коровье несоленое или маргарин. В подготовленную смесь всыпают гранулы, доводят до кипения и варят, непрерывно помешивая, в течение 10 – 15 мин.

Пряная зелень. Заготовку пряной зелени впрок следует производить в соответствии с ОСТ 18 – 109 – 73 «Полуфабрикаты для общественного питания. Зелень, консервированная поваренной солью».

Извлечение из Рекомендаций по формам и методам контроля и оценки качества блюд и кондитерских изделий
Письмо Управления общественного питания Минторга СССР от 22.12.78 г. № 7-3/8-867

Формы и методы контроля и оценки качества блюд и кулинарных изделий, порядок применения которых изложен в настоящих рекомендациях, предназначены для использования на предприятиях общественного питания различных типов и могут применяться в зависимости от конкретных условий работы предприятий, организационный принцип и показатели оценок могут изменяться и совершенствоваться.

1. О порядке работы Комиссии по качеству

1.1. Для своевременного проведения в жизнь мероприятий по улучшению качества продукции, выпускаемой предприятиями общественного питания, руководства деятельностью бракеражных комиссий предлагается организовать Комиссию по качеству. Комиссия по качеству организуется при Кулинарном совете треста, орса, урса, комбината питания или при организации общественного питания. Состав Комиссии по качеству избирается на заседании Кулинарного совета треста, орса, урса, крупного предприятия общественного питания из числа его членов и утверждается приказом руководителя организации.

1.2. Комиссия по качеству создается в составе 3-10 человек (в зависимости от числа членов Кулинарного совета) сроком на 2 года.

1.3. В функции Комиссии по качеству входят:

рассмотрение отчетов предприятий о состоянии качества выпускаемой продукции;

составление сводного отчета по качеству продукции, выпускаемой предприятиями общественного питания треста, орса, урса, комбината питания за месяц;

своевременное принятие мер по улучшению качества продукции, выпускаемой предприятиями;

периодический контроль за работой предприятий общественного питания;

усиление контроля качества сырья, полуфабрикатов и готовой продукции путем улучшения бракеража, внедрения новых форм контроля;

участие в проведении потребительских конференций на предприятиях общественного питания;

участие в проведении «Дней оценки качества», «Дней повара», тематических дней (рыбные дни, дни овощных блюд), конкурсов на звание «Лучшего повара»;

участие в проведении переаттестации поваров, имеющих право личного бракеража.

1.4. Заседания Комиссии по качеству проводятся ежемесячно.

Рассмотренные Комиссией по качеству вопросы, а также принятые по ним решения оформляются протоколом.

По рассмотренным на заседании вопросам принимаются конкретные решения, которые доводятся до сведения руководителей предприятий, отражаются в стенной печати, в ежемесячном бюллетене.

1.5. Председатель Комиссии по качеству докладывает на заседании Кулинарного совета о состоянии качества выпускаемой продукции по предприятиям. Мероприятия, предложения и решения Комиссии по качеству обсуждаются на Кулинарном совете, доводятся до сведения руководителя организации и руководителей предприятий, отражаются в стенной печати и в ежемесячном бюллетене.

1.6. Комиссия по качеству в своей работе руководствуется приказами и указаниями вышестоящей организации, Кулинарного совета, при которых она создается.

2. Порядок бракеража пищи

2.1. На предприятии общественного питания ответственность за качество продукции несут директор предприятия, его заместитель, заведующий производством, его заместитель, инженеры-технологи, повара, изготовляющие и реализующие продукцию.

2.2. Повседневный контроль качества выпускаемой продукции на каждом предприятии общественного питания осуществляет бракеражная комиссия.

2.3. Основной задачей бракеражной комиссии должно быть обеспечение выпуска высококачественной продукции, отвечающей по своим свойствам требованиям действующей документации, а также обеспечение соблюдения последовательности и правильности установленных требований на всех стадиях процесса производства продукции.

2.4. В состав бракеражной комиссии крупных предприятий общественного питания (с числом работников кухни 10 человек и более) могут входить:

директор предприятия или его заместитель по производству (при наличии в штате);

заведующий производством или его заместитель;

инженер-технолог (при наличии в штате);

высококвалифицированный повар, имеющий право личного бракеража пищи, или повар-бригадир;

санитарный работник или член санитарного поста предприятия общественного питания;

работник технологической пищевой лаборатории (при наличии последней).

На мелких предприятиях общественного питания (с числом работников кухни до 10 человек) в состав бракеражной комиссии могут входить:

руководитель предприятия;

заведующий производством или повар-бригадир;

высококвалифицированный повар;

член санитарного поста или санитарный работник (при наличии в штате).

Председателем бракеражной комиссии может быть: руководитель предприятия или его заместитель по производству, заведующий производством или его заместитель, инженер-технолог.

К работе по бракеражу пищи на предприятиях общественного питания могут привлекаться:

представители профсоюзной организации предприятия общественного питания;

представители профсоюзной организации обслуживаемого предприятия, учреждения или учебного заведения;

члены группы народного контроля предприятия общественного питания и обслуживаемого производственного предприятия (при его наличии).

Руководство предприятия издает приказ о составе бракеражной комиссии по каждому производству.

2.5. Бракеражная комиссия в своей деятельности руководствуется «Положением о бракераже пищи в предприятиях общественного питания», нормативными документами – Сборниками рецептур блюд, технологическими картами, требованиями к качеству полуфабрикатов, готовых блюд и кулинарных изделий, ГОСТами, ОСТами, ТУ, ТИ, РСТ, прейскурантами розничных цен.

2.6. Бракеражная комиссия осуществляет проверку каждой партии готовых блюд, изделий, напитков и полуфабрикатов до начала реализации.

Бракераж пищи проходит в присутствии непосредственного изготовителя продукции, который является контролируемым звеном, но участие в оценке изготовленной им пищи не принимает.

2.7. Порционные блюда контролируются заведующим производством или его заместителем, поваром-бригадиром периодически в течение рабочего дня.

Формой контроля качества готовой продукции в ресторанах и кафе могут быть посты качества и контроль качества блюд на раздаче. Посты качества возглавляют повара-бригадиры, которые контролируют и пооперационную обработку продуктов и их выход. Контроль качества блюд на раздаче входит в обязанности заместителя заведующего производством или заведующего производством (при отсутствии заместителя), который следит за

вложением компонентов и оформлением блюд, регулирует процесс выдачи. Качество блюд по внешнему виду при их получении проверяет также официант.

2.8. Контроль качества пищи, реализуемой в столовых-раздаточных, осуществляется при ее приемке в присутствии представителя предприятия-изготовителя и после доготовки – в присутствии представителя профсоюзной организации или группы народного контроля обслуживаемого производственного предприятия. Результаты контроля заносятся в бракеражный журнал.

2.9. При контроле качества готовой продукции бракеражная комиссия должна обращать внимание на соответствие проводимой холодной обработки сырья с учетом его вида и физического состояния требованиям действующей нормативно-технической документации, на соблюдение в соответствии с требованиями Сборника рецептур блюд, технологических инструкций, тенологических карт норм закладки сырья, правильности ведения технологического процесса (температуры и времени, последовательности процессов тепловой обработки, закладки сырья). Бракеражная комиссия определяет фактический вес штучных изделий, полуфабрикатов и отдельных компонентов, проводит органолептическую (сенсорную) оценку качества пищи, вносит предложения об улучшении вкуса блюда.

2.10. После проверки качества готовых блюд (изделий) бракеражная комиссия проверяет на раздаче правильность хранения пищи, наличие необходимых компонентов для оформления, отпуска блюд, температуру отпуска блюд.

2.11. Органолептическая оценка качества каждой партии выпускаемой продукции осуществляется по пятибалльной системе.

Для получения объективных результатов при органолептической оценке качества пищи каждому из показателей – внешнему виду, цвету, запаху, вкусу, консистенции дают соответствующие оценки: «5» – отлично, «4» – хорошо, «3» – удовлетворительно, «2» – плохо. На основании оценок по каждому показателю определяется оценка блюда (изделия) в баллах (как средняя арифметическая, результат вычисляется с точностью до одного знака после запятой).

2.12. Каждая группа и вид блюд (изделий) имеет специфические свойства и соответствующий им показатель.

Например, важным показателем качества блюд из мяса наряду с вкусом и запахом, влияющими на другие свойства, в общей оценке является консистенция. По этому показателю мясо (куском) должно быть мягким, легко раскусывающимся, сочным. Консистенция изделий из рубленого мяса должна быть эластичной, рыхлой, сочной. Мажущаяся консистенция указывает на использование свежего хлеба или завышенного его количества. Блюда из субпродуктов должны прежде всего характеризоваться типичными для данного вида свежим запахом и приятным (свежим) вкусом.

Определяющие показатели рыбных блюд – вкус, запах и консистенция. Консистенция рыбы должна быть мягкой, сочной, но некрошливой. Вареная рыба должна иметь вкус, характерный для данного вида, с ярко выраженным привкусом овощей и пряностей, а жареная рыба – приятный, со слегка заметным привкусом свежего жира, на котором она жарилась.

При определении качества салатов и овощных закусок следует обратить внимание на консистенцию, характеризующую свежесть, так как с ней связана их высокая питательная, особенно витаминная ценность. При оценке важно также обращать внимание на цвет и внешний вид овощей, свидетельствующие о правильности хранения и технологической обработки.

Основным показателем качества супов является вкус, определяемый концентрацией вкусовых веществ, которая образуется при использовании установленного количества основных продуктов, пряностей и приправ. В заправочных супах, в состав которых входит мучная пассеровка, жидкая часть должна быть не расслоившаяся, слегка сгущенная, без комков заварившейся муки. Для прозрачных супов основное значение имеет цвет бульона, его прозрачность и консистенция гарниров, продукты которых должны быть мягкими, но сохранившими форму.

2.13. Для лиц, оценивающих продукцию, крайне необходимо знание свойств блюд (изделий), чтобы квалифицированно дать соответствующую оценку блюду по органолептическим показателям.

Пять баллов дается блюду (изделию), которое приготовлено полностью в соответствии с рецептурой и технологией производства и по органолептическим показателям отвечает продукту высокого качества.

Для оценки блюда (изделия) по органолептическим показателям в 4 балла допускаются незначительные отклонения от установленных требований в зависимости от вида блюда (изделия).

Оценка блюда (изделия) в 3 балла указывает на более серьезные нарушения технологии приготовления блюда (изделия), но допускающие его реализацию без переработки.

2.14. Если при органолептической оценке блюда (изделия) хотя бы один из показателей оценивается в 2 балла, то дальнейшей оценке изделие не подлежит, так как бракуется и снимается с реализации.

Могут быть случаи уничтожения продукции после дополнительного обследования ее комиссией.

При необходимости продукция направляется на исследование в технологическую пищевую или в санитарно-технологическую пищевую лабораторию.

2.15. Для получения объективных результатов при органолептической оценке качества пищи члены бракеражной комиссии могут руководствоваться таблицами снижения оценки качества блюд и кулинарных изделий за несоблюдение технологии производства согласно приказу Минторга СССР от 04.09.78 г. № 216 «О широком внедрении системы управления качеством труда на предприятиях и в организациях торговли и общественного питания».

2.16. Учитывая тесную связь качества готовой продукции и исходных продуктов, необходимо усиление контроля за качеством поступающего на предприятия сырья.

С этой целью наряду с лабораторным контролем материально-ответственные лица при получении продуктов должны проверять не только их количество, но и оценивать качество. Активно участвовать в проверке качества сырья могут повара, санитарные врачи, технологи. Все замечания по качеству могут записываться на обратной стороне накладной. Руководитель предприятия, анализируя замечания, должен принимать соответствующие меры. Качество сырья может быть измерено количественно с помощью коэффициента, представляющего собой отношение числа партий, по которым сделаны замечания, к числу поступивших за расчетный период партий сырья.

2.17. Для усиления контроля за качеством сырья, поступающего на предприятия общественного питания, рекомендуется на каждом предприятии вести журнал учета случаев поставки недоброкачественного сырья и полуфабрикатов.

Журнал могут вести руководитель предприятия, материально-ответственные лица, принимающие товар, или работник технологической пищевой лаборатории.

Недоброкачественное сырье в производство не допускается. Поставщику предъявляется претензия согласно установленному порядку.

2.18. Каждое предприятие общественного питания обязано иметь бракеражный журнал установленной формы, выданный вышестоящей организацией.

Бракеражный журнал должен быть пронумерован, прошнурован и скреплен сургучной печатью.

В бракеражном журнале записывается: порядковый номер партии блюд (изделий) или номер заказа; наименование блюд (изделий), имеющих замечания по качеству; время изготовления и проведения бракеража блюд (изделий); конкретные замечания по качеству продукции; оценка блюд (изделий) в баллах; фамилия, имя, отчество повара, приготовившего блюдо (изделие). Блюда, не имеющие отклонений от рецептур и технологии, соответствуют заключению: «Остальные партии блюд, включенные в меню, имеются в наличии, проверены, соответствуют технологическим требованиям и рецептуре и оценены в 5 баллов». Изделия, не имеющие отклонений,–«Остальные партии изделий проверены и соответствуют требованиям ГОСТов, ОСТов, РСТ, ТУ и действующим рецептурам».

В бракеражном журнале отмечается общее число партий блюд (изделий), оцененных бракеражной комиссией в 5 баллов.

2.19. Повара, получившие право личного бракеража выпускаемой продукции, лично записывают в бракеражном журнале число изготовленных ими партий и ставят свою подпись.

2.20. Записи в бракеражном журнале заверяются подписями всех членов бракеражной комиссии. Ответственность за ведение бракеражного журнала несет председатель бракеражной комиссии.

2.21. По данным бракеражного журнала в конце смены подсчитывается:

среднедневная оценка качества выпускаемой продукции (по предприятию);

среднедневная оценка качества продукции, выпускаемой поваром.

2.22. Заведующему производством рекомендуется вести учет ассортимента предлагаемой потребителям пищи, количества выработанных партий продукции и количества порций блюд (изделий) по партиям. Для этой цели могут быть использованы копии ежедневных меню.

Данные материалы могут быть затребованы председателем бракеражной комиссии, руководителем предприятия, членами Комиссии по качеству и другими контролирующими организациями.

2.23. Члены Комиссии по качеству, периодически контролирующие качество пищи на предприятии общественного питания, принимают участие в бракераже пищи, их оценка заносится в бракеражный журнал. При обнаружении нарушений составляется акт проверки в двух экземплярах. Один экземпляр направляется в Комиссию по качеству, второй экземпляр остается на предприятии.

2.24. Все нарушения технологии приготовления пищи обсуждаются с работниками кухни, цеха в ходе проведения бракеража, а также при проведении «Дня оценки качества». Лица, допустившие нарушения норм закладки продуктов, нарушения технологии, брак в приготовлении блюд и кулинарных изделий, привлекаются к материальной и административной ответственности.

4. Право личного бракеража пищи

В целях повышения личной ответственности работников производства за качество выпускаемой продукции организуется соревнование за право личного бракеража пищи.

4.1. В соревнование за право личного бракеража пищи могут включаться высококвалифицированные повара, у которых в течение года не изымались купоны талона качества.

4.2. Лица, включившиеся в соревнование за право личного бракеража пищи, должны соблюдать следующие условия:

выпускать продукцию только отличного качества и разнообразного ассортимента;

строго соблюдать технологию приготовления блюд и кулинарных изделий;

строго соблюдать нормы закладки сырья, обеспечивающие правильный выход полуфабрикатов и готовых изделий;

соблюдать правила оформления блюд;

соблюдать санитарные правила хранения и реализации готовой продукции;

соблюдать правила личной гигиены;

постоянно совершенствовать свое мастерство.

Контроль за выполнением этих условий осуществляют Комиссия по качеству, администрация предприятия, бракеражная комиссия.

4.3. Через шесть месяцев после включения в соревнование и при строгом выполнении работником в течение этого срока вышеизложенных условий администрация и местный комитет предприятия готовят представление на повара на присвоение ему права личного бракеража пищи. Их решение подлежит утверждению на Кулинарном совете треста и на совместном заседании администрации и объединенного комитета профсоюза треста. На основании их решения издается приказ по тресту, урсу, орсу, комбинату питания. Дата этого приказа является датой присвоения повару права личного бракеража пищи.

4.4. Повару, которому присваивается право личного бракеража пищи, взамен талона качества выдается свидетельство.

4.5. Свидетельство выдается работнику на собрании актива треста, а его фамилия, имя, отчество заносятся на стенд предприятия: «Работники, добившиеся права личного бракеража пищи».

4.6. Право личного бракеража пищи позволяет повару самостоятельно проводить бракераж изготовленной им продукции. Это не означает, что с администрации предприятия

снимается ответственность за качество выпускаемой предприятием продукции.

4.7. Контроль качества пищи, приготовленной лицами, имеющими право личного бракеража, периодически осуществляется работниками вышестоящих организаций, санитарно-технологических пищевых и технологических пищевых лабораторий, санэпидстанций, Кулинарных советов организаций общественного питания, Комиссий по качеству.

4.8. Повара с правом личного бракеража через каждые три года проходят переаттестацию (подтверждение на право личного бракеража пищи) на новый срок. Дата переаттестации отмечается в свидетельстве.

4.9. Лица, нарушившие одно из перечисленных выше условий, лишаются права личного бракеража пищи. Лишение права производится решением Комиссии по качеству, Кулинарного совета совместно с объединенным комитетом профсоюза треста, урса, орса, комбината питания по представлению администрации и месткома предприятия, основанному на материалах Комиссии по качеству и вышестоящих контролирующих организаций. Это решение служит основанием для приказа по тресту, орсу, урсу.

4.10. В случае лишения работника свидетельства на право личного бракеража он продолжает работать на общих основаниях.

Лишение права личного бракеража пищи влечет за собой замену свидетельства талоном качества с тремя купонами.

Лицам, лишенным права личного бракеража пищи, предоставляется повторная возможность участвовать в данном виде соревнования только через год.

4.11. При переходе (переводе) повара, имеющего право личного бракеража пищи, на другое предприятие это право за ним сохраняется.

4.12. Лица, имеющие право личного бракеража пищи, могут привлекаться к работе по наставничеству.

5. Талон качества

С целью усиления ответственности работников общественного питания за качество выпускаемой продукции рекомендуется внедрение талона качества.

5.1. Талон качества выдается каждому повару.

5.2. Талон качества заполняется в тресте столовых, подписывается директором треста, председателем Комиссии по качеству и председателем объединенного комитета профсоюза и скрепляется печатью.

В талоне качества указываются: фамилия, имя и отчество, квалификационный разряд повара; наименование предприятия.

5.3. Талоны качества хранятся в отделе кадров предприятия вместе с личным листком по учету кадров.

5.4. Талон качества имеет три отрывных купона. Купоны талона могут поочередно изыматься за нарушение технологии приготовления пищи, наличие отрицательных лабораторных анализов, выпуск продукции неудовлетворительного качества, выпуск в течение трех месяцев подряд продукции с оценкой «3», за обоснованные жалобы на качество пищи, нарушение Санитарных правил и правил личной гигиены и другие грубые нарушения.

5.5. Изъятие купонов талона качества оформляется приказом предприятия по согласованию с местным комитетом профсоюза на основании материалов бракеражной комиссии, Комиссии по качеству, вышестоящих организаций.

5.6. Купон талона качества с выпиской приказа передается в трест, где ведется учет нарушений в специальном журнале.

5.7. Работник, у которого изъяты все купоны талона качества, направляется на квалификационную комиссию для пересмотра его разряда.

5.8. После пересмотра разряда повару выдается новый талон качества.

5.9. Работник, лишенный купона талона качества, но проработавший в течение последующего года с оценкой качества продукции «4» и «5», имеет право на возврат купона.

5.10. Возврат купона талона качества работнику оформляется приказом по предприятию по представлению руководителя подразделения.

5.11. Состояние талонов качества необходимо учитывать при присвоении разряда.

6. Лабораторный контроль

6.1. На предприятиях общественного питания контроль за качеством сырья, полуфабрикатов, поступающей готовой продукции, а также продукции, вырабатываемой и реализуемой предприятиями, контроль за правильностью ведения технологического процесса, за соблюдением рецептур блюд кулинарных и кондитерских изделий, а также за соблюдением санитарно-гигиенического режима предприятий осуществляется санитарно-технологическими пищевыми и технологическими пищевыми лабораториями.

6.2. Лаборатория действует на основании утвержденных Типовых положений.

6.3. В конце каждого месяца руководитель технологической пищевой лаборатории представляет руководителю предприятия общественного питания сведения о результатах лабораторного контроля с указанием числа отобранных проб (по журналу регистрации), количества выявленных нарушений и числа случаев поставки недоброкачественного сырья. Перечисленные данные руководитель предприятия включает в ежемесячный отчет.

При отсутствии на предприятии технологической пищевой лаборатории указанные данные руководитель предприятия получает на основе результатов анализа проб и записей о нарушениях.

7. Санитарный контроль

7.1. Санитарное содержание ежедневно контролируется на каждом предприятии общественного питания на всех этапах производственного цикла. Контроль осуществляет медицинский работник или представитель санитарного поста, входящий в состав бракеражной комиссии. Проверяющий руководствуется Санитарными правилами для предприятий общественного питания, указаниями органов и учреждений санитарно-эпидемиологической службы, приказами и указаниями вышестоящих организаций по санитарным вопросам.

7.2. На предприятии ведется санитарный журнал, в который вносятся ежедневно записи о результатах контроля, проводимого медицинским работником предприятия, о результатах проверок санитарного содержания предприятия со стороны контролирующих организаций и о принятых предприятием мерах по устранению недостатков.

В целях объективной и наглядной оценки санитарного содержания предприятия рекомендуется вести Экран санитарного состояния. При этом рекомендуется учитывать следующие показатели: личную гигиену, прохождение медосмотра, соблюдение санитарного содержания рабочего места, оборудования, территории, соблюдение дезрежима.

7.3. В конце месяца медицинский работник или представитель санитарного поста подает руководителю предприятий сводку о санитарном содержании предприятия; вопросы санитарного содержания рассматриваются в «Дни оценки качества».

8. Потребительские конференции

8.1. На каждом предприятии общественного питания не реже одного раза в месяц рекомендуется проводить потребительскую конференцию.

Потребительская конференция на предприятии проводится одним из членов Комиссии по качеству с участием представителя обслуживаемого предприятия, при этом желательно присутствие представителя вышестоящей организации.

ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ, ПОМЕЩЕННЫХ В СБОРНИКЕ[1]

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

БУТЕРБРОДЫ

1. Бутерброды с маслом
2. Бутерброды с джемом или повидлом
3. Бутерброды с сыром
4. Бутерброды с отварными мясными продуктами
5. Бутерброды с жареными мясными продуктами
6. Бутерброды с паштетом
7. Бутерброды с мясными кулинарными изделиями
8. Бутерброды с мясными гастрономическими продуктами
9. Бутерброды с отварной рыбой
10. Бутерброды с рыбными гастрономическими продуктами
11. Бутерброды с рыбными консервами
12. Бутерброды с икрой зернистой или паюсной
13. Бутерброды с икрой кетовой
14. Бутерброды с сельдью или килькой
15. Бутерброды с килькой и яйцом
16. Бутерброды с заливной рыбой, или мясом, или языком
17. Бутерброды с паштетом и яйцом
18. Ассорти рыбное на хлебе
19. Ассорти мясное на хлебе
20. Закрытые бутерброды с мясными или мясными гастрономическими продуктами
21. Закрытые бутерброды с сыром
22. Закрытые бутерброды с мясными кулинарными изделиями
23. Закрытые бутерброды с рыбными гастрономическими продуктами

БАНКЕТНЫЕ ЗАКУСКИ

24. Канапе с сыром
25. Канапе с сыром и окороком
26. Канапе с бужениной и окороком
27. Канапе с паштетом
28. Канапе с икрой и севрюгой
29. Канапе с икрой, семгой и осетром
30. Канапе с паюсной икрой
31. Канапе с килькой и яйцом
32. Корзиночки с салатом
33. Корзиночки с паштетом
34. Корзиночки с языком или ветчиной
35. Корзиночки с крабами, креветками, кальмарами или морским гребешком
36. Волованы с салатом
37. Волованы с икрой
38. Волованы с курицей
39. Волованы с окороком
40. Волованы с семгой или кетой

[1] Цифры данного списка соответствуют номерам блюд в Сборнике.

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ И КОНСЕРВЫ (ПОРЦИЯМИ)

41. Масло
42. Сыр
43. Икра
44. Рыба соленая
45. Рыба холодного копчения
46. Рыба горячего копчения
47. Рыбные консервы
48. Колбаса
49. Окорок или корейка, или грудинка, или шпик с гарниром
50. Консервы овощные закусочные
51. Салат дальневосточный из морской капусты

САЛАТЫ И ВИНЕГРЕТЫ

52. Салат зеленый
53. Салат зеленый с огурцами
54. Салат зеленый с огурцами и помидорами
55. Салат из свежих огурцов
56. Салат из соленых огурцов с луком
57. Салат из зеленого лука
58. Салат из свежих помидоров
59. Салат из свежих помидоров и огурцов
60. Салат из свежих помидоров и яблок
61. Салат из свежих помидоров со сладким перцем
62. Салат «Весна»
63. Салат из сырых овощей
64. Салат из редиса
65. Редис с маслом (1-й вариант)
66. Редис с маслом (2-й вариант)
67. Редис с огурцами и яйцом
68. Салат из цветной капусты, помидоров и зелени
69. Салат из цветной капусты, овощей, плодов и ягод
70. Салат «Летний»
71. Салат картофельный
72. Салат картофельный с сельдью
73. Салат картофельный с огурцами или капустой
74. Салат картофельный с грибами
75. Салат картофельный с крабами, или кальмарами, или морским гребешком
76. Салат картофельный с пастой «Океан»
77. Салат картофельный с яблоками
78. Салат из овощей
79. Салат из овощей с капустой морской
80. Салат из овощей с пастой «Океан»
81. Салат из белокочанной капусты
82. Салат из краснокочанной капусты
83. Салат из квашеной капусты
84. Салат витаминный (1-й вариант)
85. Салат витаминный (2-й вариант)
86. Салат деликатесный
87. Маринованная свекла
88. Салат из маринованной свеклы с хреном
89. Салат из маринованной свеклы с яблоками
90. Салат из свеклы с сыром и чесноком
91. Редька с маслом или сметаной
92. Салат из редьки с жареным луком
93. Салат из редьки с овощами
94. Салат «Рассолс» (латвийское национальное блюдо)
95. Салат из моркови или моркови с яблоками, или финиками, или черносливом
96. Грибы маринованные или соленые с луком
97. Салат с рыбой горячего копчения или морепродуктами
98. Салат рыбный
99. Салат рыбный деликатесный
100. Салат мясной
101. Салат столичный

102. Салат с птицей или дичью
103. Винегрет овощной
104. Винегрет с сельдью
105. Винегрет с грибами
106. Винегрет с рыбой горячего копчения
107. Винегрет с кальмарами или морской капустой
108. Винегрет рыбный
109. Винегрет мясной
110. Салат яичный
111. Яйца под майонезом с гарниром
112. Рубленые яйца с маслом и луком
113. Яйца, фаршированные сельдью и луком
114. Яйца, фаршированные луком (латвийское национальное блюдо)
115. Яйца с икрой или маслом селедочным

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

116. Тыква в маринаде
117. Тыква маринованная
118. Баклажаны, тушенные с помидорами
119. Помидоры, фаршированные яйцом и луком
120. Помидоры, фаршированные грибами
121. Помидоры, фаршированные мясным или рыбным салатом
122. Помидоры, фаршированные пастой «Океан»
123. Икра баклажанная
124. Икра кабачковая
125. Икра овощная
126. Икра грибная
127. Перец, фаршированный овощами
128. Кабачки, фаршированные овощами
129. Гогошары молдовенешть (гогошары по-молдавски) (молдавское национальное блюдо)
130. Баклажаны, фаршированные овощами
131. Икра свекольная или морковная

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, РЫБНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ

132. Сельдь с гарниром
133. Сельдь с картофелем и маслом
134. Сельдь с луком
135. Сельдь «Рольмопс» (литовское национальное блюдо)
136. Сельдь рубленая
137. Сельдь рубленая с гарниром
138. Килька или хамса, или салака, или тюлька с луком и маслом
139. Килька или хамса, или салака, или тюлька с отварным картофелем и жареным луком или с картофелем и маслом
140. Килька с яйцом и луком
141. Рыба отварная с гарниром и хреном
142. Рыба под майонезом
143. Морепродукты под майонезом
144. Рыба заливная с гарниром
145. Рыба фаршированная заливная с гарниром
146. Жареная рыба под маринадом
147. Крабы под маринадом
148. Студень рыбный
149. Студень из рыбы
150. Ассорти рыбное
151. Раки вареные
152. Крабы со сметаной
153. Крабы заливные
154. Устрицы

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ

155. Мясо или язык, или птица, или кролик отварные с гарниром
156. Поросенок отварной с хреном
157. Филе птицы или дичи под майонезом
158. Мясо или птица, или кролик, или дичь жареные с гарниром
159. Ассорти мясное (1-й вариант)
160. Ассорти мясное (2-й вариант)
161. Мясо или язык, или поросенок заливные
162. Заливное из птицы или дичи, или мясных продуктов в форме
163. Курица фаршированная (галантин) или поросенок фаршированный
164. Филе из кур или дичи фаршированное
165. Паштет из печени
166. Паштет из дичи или птицы, или мяса в тесте
167. Студень из говядины
168. Студень из свинины
169. Студень из говядины и свинины
170. Студень говяжий
171. Студень свиной
172. Студень из свиных голов
173. Студень из субпродуктов птицы

СУПЫ

ГОРЯЧИЕ СУПЫ

174. Бульон костный

ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ

Борщи

175. Борщ
176. Борщ с капустой и картофелем
177. Борщ с картофелем
178. Борщ с черносливом и грибами
179. Борщ московский
180. Борщ флотский
181. Борщ с фасолью
182. Борщ с фасолью и картофелем
183. Борщ сибирский
184. Фрикадельки мясные
185. Борщ с клецками
186. Борщ зеленый
187. Борщ летний (с ботвой свеклы)
188. Борщ из сушеных овощей
189. Борщ украинский
190. Пампушки с чесноком
191. Борщ полтавский с галушками (украинское национальное блюдо)

Борщи из полуфабрикатов

192. Борщ
193. Борщ с картофелем
194. Борщ с капустой и картофелем
195. Борщ с фасолью

Щи

196. Щи из свежей капусты
197. Щи из свежей капусты с картофелем
198. Щи зеленые
199. Щи из щавеля
200. Щи из сушеных овощей
201. Щи из квашеной капусты
202. Щи суточные

203. Щи из квашеной капусты с картофелем
204. Щи по-уральски (с крупой)
205. Щи из капусты квашеной тушеной (консервированной или быстрозамороженной)

Рассольники

206. Рассольник
207. Рассольник домашний
208. Рассольник ленинградский
209. Рассольник московский
210. Рассольник по-россошански

Рассольники из полуфабрикатов

211. Рассольник
212. Рассольник домашний
213. Рассольник ленинградский
214. Рассольник по-россошански

Супы картофельные, с овощами, крупой, бобовыми и макаронными изделиями

215. Суп картофельный
216. Суп крестьянский с крупой
217. Суп из овощей
218. Суп картофельный со щавелем
219. Суп картофельный с крупой
220. Суп полевой
221. Суп картофельный с бобовыми
222. Суп картофельный с консервами из бобовых
223. Суп картофельный с макаронными изделиями
224. Суп картофельный с мясными фрикадельками
225. Суп картофельный с рыбными фрикадельками
226. Фрикадельки рыбные
227. Суп картофельный с грибами
228. Суп картофельный с клецками
229. Суп картофельный с пельменями
230. Суп из сушеных картофеля и овощей
231. Суп из овощей с фасолью
232. Чорбэ деличиоасэ (суп деликатесный) (молдавское национальное блюдо)

Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми

233. Суп с макаронными изделиями
234. Суп с макаронными изделиями и картофелем
235. Суп-лапша домашняя
236. Суп-лапша грибная
237. Суп с крупой
238. Суп с крупой и томатом
239. Суп рисовый с мясом
240. Суп пшенный с мясом (кулеш)
241. Суп с крупой и мясными фрикадельками
242. Суп с пельменями или клецками
243. Суп с бобовыми
244. Суп перловый с грибами (белорусское национальное блюдо)
245. Суп-харчо (грузинское национальное блюдо)
246. Кюфта-бозбаш (суп с мясными шариками) (азербайджанское национальное блюдо)

Супы из полуфабрикатов

247. Суп картофельный с суповой заправкой
248. Суп с макаронными изделиями и картофелем с суповой заправкой
249. Суп гороховый из концентратов

СОЛЯНКИ

250. Солянка сборная мясная
251. Солянка домашняя
252. Солянка по-ленинградски
253. Солянка из птицы или дичи
254. Солянка сборная из субпродуктов
255. Солянка рыбная
256. Солянка донская
257. Солянка грибная

СУПЫ МОЛОЧНЫЕ

258. Суп молочный с макаронными изделиями
259. Суп молочный с крупой
260. Суп молочный с тыквой и крупой
261. Суп молочный с овощами
262. Суп молочный с клецками
263. Суп молочный с картофельными клецками (литовское национальное блюдо)
264. Суп молочный с горохом и перловой крупой (эстонское национальное блюдо)
265. Пиена зупа ар спеки (суп молочный с копченостями) (латвийское национальное блюдо)

СУПЫ-ПЮРЕ

266. Суп-пюре из картофеля
267. Суп-пюре из моркови или репы
268. Суп-пюре из разных овощей
269. Суп-пюре из кабачков или тыквы
270. Суп-пюре из спаржи или цветной капусты
271. Суп-пюре из шпината или салата
272. Суп-пюре из бобовых
273. Суп-пюре из белой фасоли
274. Суп-пюре из зеленого горошка
275. Суп-пюре из свежих грибов
276. Суп-пюре из крупы перловой или рисовой
277. Суп-пюре из птицы
278. Суп-пюре из печени

СУПЫ ПРОЗРАЧНЫЕ

279. Бульон мясной прозрачный
280. Бульон из кур или индеек прозрачный

Гарниры, пирожки, гренки к бульонам

281. Рис запеченный
282. Рис, запеченный с овощами
283. Овощи
284. Овощи и зелень
285. Овощи и яйца
286. Капуста цветная или брюссельская
287. Капуста савойская и овощи
288. Омлет натуральный
289. Клецки из кур с шампиньонами
290. Борщок с гренками
291. Суп из савойской капусты
292. Рыбный бульон (уха) с фрикадельками
293. Уха с расстегаями
294. Уха из стерляди или налима, или судака, или клыкача
295. Уха ростовская
296. Уха рыбацкая

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

297. Хлебный квас
298. Окрошка мясная
299. Окрошка сборная мясная
300. Окрошка овощная

301. Окрошка уральская
302. Окрошка мясная на кефире
303. Окрошка сборная мясная на кефире
304. Окрошка овощная на кефире
305. Борщ холодный
306. Борщ холодный мясной
307. Борщ холодный рыбный
308. Свекольник холодный
309. Щи зеленые с яйцом
310. Щи зеленые с мясом
311. Щи зеленые с рыбой
312. Ботвинья

СЛАДКИЕ СУПЫ

313. Гарниры к сладким супам
314. Суп из плодов свежих
315. Суп из цитрусовых
316. Суп из смеси сухофруктов
317. Суп из плодов или ягод сушеных
318. Суп из ревеня, кураги и яблок
319. Суп-пюре из плодов или ягод свежих
320. Суп-пюре из плодов сушеных
321. Суп фруктовый консервированный (полуфабрикат)
322. Суп с пивом (сладкий) (эстонское национальное блюдо)

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ, ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ

323. Картофель отварной
324. Картофель отварной с луком или грибами, или луком и грибами
325. Картофель в молоке
326. Картофельное пюре
327. Капуста отварная с маслом или соусом
328. Тыква отварная
329. Горох овощной отварной
330. Фасоль овощная отварная
331. Кукуруза отварная
332 Спаржа отварная
333. Артишоки отварные
334. Пюре из моркови или свеклы
335. Пюре из шпината с яйцом
336. Пюре из тыквы

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ПРИПУЩЕННЫЕ И ТУШЕНЫЕ

337. Овощи припущенные
338. Капуста белокочанная с соусом
339. Морковь с зеленым горошком в молочном соусе
340. Каша из тыквы
341. Овощи, припущенные в молочном или сметанном соусе
342. Капуста тушеная
343. Капуста, тушенная с грибами
344. Свекла, тушенная в сметане или соусе
345. Свекла, тушенная с яблоками
346. Морковь, тушенная с рисом и черносливом
347. Картофель и овощи, тушенные в соусе
348. Рагу из овощей
349. Рагу овощное с кашей
350. Картофель, тушенный с грибами и луком или луком и помидорами
351. Картофель, тушенный с сухофруктами
352. Грибы с картофелем или с картофелем и помидорами

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ЖАРЕНЫЕ

353. Картофель, жаренный ломтиками (из отварного)
354. Картофель, жаренный брусочками, или дольками, или кубиками, или ломтиками
355. Картофель, жаренный во фритюре брусочками

356. Картофель, жаренный с луком или грибами и луком
357. Котлеты картофельные
358. Котлеты картофельные с творогом
359. Зразы картофельные
360. Крокеты картофельные
361. Котлеты морковные
362. Котлеты свекольные
363. Котлеты капустные
364. Шницель из капусты
365. Капуста жареная
366. Оладьи из тыквы
367. Помидоры, баклажаны и другие овощи жареные
368. Кабачки жареные с помидорами или с помидорами и грибами
369. Грибы в сметанном соусе
370. Грибы в сметанном соусе с картофелем
371. Драники (белорусское национальное блюдо)

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ

372. Картофель, запеченный в сметанном соусе
373. Картофель, запеченный в сметанном соусе с грибами, или луком, или грибами и луком
374. Картофель, запеченный с яйцом и помидорами
375. Картофель, запеченный с окороком и грибами
376. Картофельное пюре запеченное
377. Картофельные пирожки с грибами, или морковью, или другим фаршем
378. Картофельные ватрушки с фаршем
379. Картофельные котлеты, запеченные под соусом грибным или сметанным с луком
380. Рулет или запеканка картофельные с овощами или овощами и грибами
381. Запеканка капустная
382. Морковная запеканка с творогом или без творога
383. Пудинг из моркови
384. Суфле из моркови
385. Запеканка из моркови и фасоли
386. Запеканка овощная
387. Пудинг овощной
388. Запеканка из тыквы
389. Пудинг из тыквы и яблок
390. Солянка овощная
391. Голубцы овощные
392. Капуста цветная, или белокочанная, или савойская, запеченная под соусом
393. Кабачки, запеченные под соусом
394. Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом
395. Котлеты овощные под молочным соусом
396. Грибы в сметанном соусе запеченные
397. Помидоры, фаршированные грибами и рисом или рисом и морковью
398. Свекла, фаршированная овощами, под соусом
399. Перец, фаршированный овощами
400. Перец, фаршированный овощами и рисом
401. Репа или кабачки, фаршированные овощами и рисом
402. Кабачки, фаршированные овощами
403. Баклажаны, фаршированные овощами
404. Тыква, запеченная с яйцом

БЛЮДА ИЗ КРУП

КАШИ

Рассыпчатые каши

405. Каша рассыпчатая
406. Каша рассыпчатая с луком, шпиком или яйцом
407. Каша рассыпчатая с грибами и луком
408. Каша рассыпчатая с мозгами или печенью
409. Хлопья или зерна кукурузные, или пшеничные и другие с молоком
410. Каша рассыпчатая из концентрата

Вязкие каши

411. Каша вязкая
412. Каша вязкая с тыквой
413. Каша вязкая с черносливом
414. Каша вязкая с морковью
415. Каша из концентрата вязкая
416. Клецки манные с сыром или со сметаной

Жидкие каши

417. Каша жидкая

ИЗДЕЛИЯ ИЗ КАШ

Крупеники, запеканки и пудинги

418. Крупеник
419. Запеканка рисовая, манная, пшенная, пшеничная
420. Запеканка рисовая с творогом
421. Запеканка рисовая, пшенная, пшеничная с тыквой
422. Запеканка со свежими плодами
423. Пудинг с консервированными плодами
424. Пудинг рисовый, манный, пшенный

Котлеты и биточки

425. Биточки или котлеты пшенные, пшеничные, перловые, ячневые
426. Биточки или котлеты манные, рисовые
427. Котлеты или биточки перловые с творогом
428. Котлеты или биточки рисовые, пшенные с морковью
429. Плов с изюмом (узбекское национальное блюдо)

БЛЮДА ИЗ БОБОВЫХ

430. Бобовые отварные
431. Бобовые с жиром
432. Бобовые с жиром и луком
433. Бобовые с копченой грудинкой или корейкой
434. Бобовые в соусе
435. Бобовые в соусе со шпиком
436. Бобовые с тушеной капустой
437. Пюре из бобовых
438. Пюре из бобовых с жиром, с грудинкой, с корейкой, со шпиком и луком, с жиром и луком
439. Пюре из бобовых и картофеля
440. Запеканка из бобовых и картофеля
441. Фасоль с яйцом (грузинское национальное блюдо)

БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

442. Макаронные изделия отварные
443. Макароны отварные с жиром или сметаной
444. Макароны с сыром, брынзой или творогом
445. Макароны с томатом
446. Макароны отварные с овощами
447. Макароны отварные с грибами
448. Макароны с ветчиной и с томатом
449. Макароны, запеченные с яйцом
450. Макароны, запеченные с сыром
451. Макаронник
452. Лапшевник с творогом

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

453. Яйца вареные
454. Яйца с помидорами, фаршированными ветчиной и грибами
455. Яйца с ветчиной на гренках
456. Яичная кашка (натуральная)
457. Яичная кашка с овощами или грибами
458. Яичная кашка с мясными продуктами
459. Яичница глазунья (натуральная)
460. Яичница глазунья со шпиком
461. Яичница глазунья с луком
462. Яичница глазунья с жареным картофелем
463. Яичница глазунья с сыром
464. Яичница глазунья с черным хлебом
465. Яичница глазунья с овощами или грибами
466. Яичница глазунья с мясными продуктами
467. Омлет (натуральный)
468. Омлет из яичного порошка
469. Омлет со шпиком
470. Омлет с луком
471. Омлет с сыром
472. Омлет, смешанный с мясными продуктами
473. Омлет, фаршированный овощами или грибами
474. Омлет, фаршированный мясными продуктами
475. Омлет, фаршированный вареньем
476. Омлет с жареным картофелем (запеченный)
477. Омлет с морковью (запеченный)
478. Омлет с кашей (запеченный)
479. Драчена
480. Яйца, запеченные под молочным соусом

БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

481. Творожная масса сладкая
482. Творожная масса со сметаной
483. Творожная масса с зеленым луком
484. Творожная масса с ягодами или плодами
485. Творожная масса с орехами
486. Творожная масса с вареньем
487. Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром
488. Творог с сыром
489. Творог со свежей зеленью
490. Вареники ленивые (полуфабрикат)
491. Вареники ленивые отварные
492. Сырники из творога
493. Сырники из творога и картофеля
494. Сырники с морковью
495. Сырники по-киевски (украинское национальное блюдо)
496. Творожные батончики (белорусское национальное блюдо)
497. Пудинг из творога (запеченный)
498. Пудинг из творога (варенный на пару)
499. Запеканка из творога
500. Крем творожный

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, МОРЕПРОДУКТОВ И РАКОВ

РЫБА ОТВАРНАЯ

501. Рыба (филе) отварная
502. Рыба (непластованная кусками) отварная
503. Рыба (целиком с головой) отварная
504. Рыба (семейства осетровых) отварная
505. Рыба соленая отварная

РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ

506. Рыба (филе) припущенная
507. Рыба (семейства осетровых) припущенная
508. Рыба (непластованная кусками) припущенная
509. Рыба припущенная с соусом белое вино
510. Рыба припущенная с соусом белым с рассолом
511. Рыба по-русски
512. Рыба, припущенная в молоке
513. Филе из рыбы фаршированное
514. Судак или щука фаршированные (целиком)
515. Сазан, карп, треска (непластованные кусками) фаршированные
516. Палав «Каспий» (плов с рыбой) (туркменское национальное блюдо)

РЫБА ТУШЕНАЯ

517. Рыба, тушенная в томате с овощами
518. Рыба соленая, тушенная в томате с овощами

РЫБА ЖАРЕНАЯ

519. Рыба жареная
520. Рыба, жаренная целиком
521. Рыба (семейства осетровых) жареная
522. Рыба жареная с луком по-ленинградски
523. Рыба жареная с гречневой кашей и сметанным соусом
524. Рыба (семейства осетровых), жаренная звеном
525. Рыба, жаренная во фритюре
526. Рыба жареная с зеленым маслом
527. Килька, хамса, тюлька, жаренные во фритюре
528. Рыба, жаренная грилье
529. Рыба, жаренная на вертеле
530. Рыба в тесте жареная
531. Поджарка из рыбы
532. Зразы донские

РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ

533. Рыба, запеченная с картофелем по-русски
534. Рыба, запеченная с яйцом
535. Рыба, запеченная в сметанном соусе
536. Рыба, запеченная в сметанном соусе с грибами по-московски
537. Рыба, запеченная в соусе красном с луком и грибами
538. Рыба, запеченная с помидорами
539. Рыба, запеченная под молочным соусом
540. Солянка из рыбы на сковороде

БЛЮДА ИЗ КОТЛЕТНОЙ МАССЫ

541. Котлеты или биточки рыбные
542. Шницель рыбный натуральный
543. Рулет из рыбы
544. Зразы рыбные рубленые
545. Тельное из рыбы
546. Хлебцы рыбные
547. Тефтели рыбные
548. Фрикадельки рыбные с томатным соусом
549. Галки рыбные (белорусское национальное блюдо)

БЛЮДА ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ

550. Консервы рыбные с гарниром
551. Картофельная запеканка с рыбными консервами
552. Солянка из рыбных консервов на сковороде

БЛЮДА ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

553. Крабы с рисом и соусом
554. Морской гребешок отварной с соусом
555. Креветки отварные натуральные
556. Креветки с соусом
557. Креветки с рисом
558. Креветки, запеченные под сметанным или молочным соусом
559. Кальмары в томатном или сметанном соусе
560. Трепанги по-дальневосточному
561. Лангусты с рисом и соусом
562. Котлеты, биточки из рыбы и пасты «Океан»
563. Рулет из рыбы с фаршем из пасты «Океан»
564. Зразы картофельные с фаршем из пасты «Океан»
565. Фарш из пасты «Океан»

БЛЮДА ИЗ РАКОВ

566. Раки отварные
567. Раки в пиве или хлебном квасе

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

ОТВАРНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

568. Мясо отварное
569. Баранина, козлятина отварные с овощами
570. Язык отварной с соусом
571. Окорок, рулет, корейка, грудинка отварные
572. Сосиски, сардельки отварные
573. Рулет из рубца
574. Рубцы в соусе
575. Мозги отварные
576. Вымя отварное в соусе
577. Котлеты натуральные паровые
578. Беш-бармак по-киргизски

ЖАРЕНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

579. Мясо, жаренное крупным куском
580. Мясо, жаренное крупным куском, шпигованное
581. Грудинка, фаршированная кашей
582. Грудинка, фаршированная рисом и печенью
583. Грудинка, фаршированная мясом с рисом или мясом
584. Поросенок жареный
585. Бифштекс
586. Бифштекс с яйцом
587. Бифштекс с луком
588. Филе
589. Филе с соусом
590. Филе с грибами и соусом
591. Филе с помидорами и соусом
592. Лангет
593. Лангет с помидорами
594. Лангет с соусом
595. Антрекот
596. Антрекот с яйцом
597. Антрекот с луком
598. Бефстроганов
599. Поджарка
600. Шашлык из баранины, говядины или свинины
601. Шашлык из говядины
602. Котлеты натуральные
603. Окорок жареный с помидорами или луком
604. Колбаса, сардельки, сосиски жареные
605. Колбаса жареная по-ленинградски

606. Эскалоп
607. Эскалоп с соусом
608. Эскалоп с помидорами
609. Мясо жареное с соусом эстрагон
610. Котлеты отбивные
611. Шницель
612. Ромштекс
613. Мозги жареные
614. Почки жареные с помидорами или лимонным соком
615. Почки с грибами в соусе красном с вином
616. Почки, жаренные целиком
617. Почки жареные в соусе
618. Печень жареная с жиром или луком
619. Печень по-строгановски
620. Вымя жареное
621. Мозги или сердце, жаренные во фритюре
622. Грудинка баранья или телячья, жаренная во фритюре
623. Бастурма (шашлык из маринованной говядины) (грузинское национальное блюдо)
624. Кабоб «Лаззат» (отбивная) (таджикское национальное блюдо)
625. Кабурга по-таджикски (рулет мясной по-таджикски)
626. Курземес строгановс (латвийское национальное блюдо)

ТУШЕНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

627. Мясо тушеное
628. Мясо шпигованное
629. Мясо духовое
630. Зразы отбивные
631. Жаркое по-домашнему
632. Гуляш
633. Печень, тушенная в соусе
634. Сердце, легкое и другие субпродукты в соусе
635. Свинина, окорок, колбаса и другие мясопродукты, тушенные с капустой
636. Рагу из баранины или свинины
637. Азу
638. Говядина, тушенная с черносливом
639. Говядина в кисло-сладком соусе
640. Говядина в красном кисло-сладком соусе
641. Грудинка в соусе
642. Плов
643. Почки по-русски
644. Мясо деликатесное (украинское национальное блюдо)
645. Сэрмэлуце молдовенешть (голубцы по-молдавски)
646. Чанахи (грузинское национальное блюдо)
647. Плов парча дошамя (плов с бараниной и фруктами) (азербайджанское национальное блюдо)
648. Лагман (узбекское национальное блюдо)
649. Плов по-узбекски
650. Жаркоп по-киргизски
651. Мульги-капсад (эстонское национальное блюдо)
652. Костицэ де порк по молдовенеште (корейка по-молдавски)
653. Бугланан гоюн эти (баранина с овощами и горохом) (туркменское национальное блюдо)

БЛЮДА ИЗ РУБЛЕНОГО МЯСА

654. Бифштекс рубленый
655. Бифштекс рубленый с яйцом или луком
656. Котлеты натуральные рубленые
657. Шницель натуральный рубленый
658. Котлеты, биточки, шницели
659. Котлеты, биточки (особые)
660. Котлеты московские

661. Котлеты домашние
662. Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом (по-казацки)
663. Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом
664. Зразы рубленые
665. Зразы из говядины, фаршированные рисом (паровые)
666. Рулет с макаронами или яйцом
667. Рулет с луком и яйцом
668. Тефтели (1-й вариант)
669. Тефтели (2-й вариант)
670. Фрикадельки в соусе
671. Биточки паровые
672. Оладьи из печени
673. Кнели из говядины
674. Пудинг из говядины
675. Биточки по-селянски (украинское национальное блюдо)
676. Котлеты полтавские (украинское национальное блюдо)
677. Купаты (колбаски) (грузинское национальное блюдо)
678. Люля-кебаб (азербайджанское национальное блюдо)
679. Кийма-кабоб (шашлык рубленый) (узбекское национальное блюдо)

МЯСО ЗАПЕЧЕННОЕ

680. Запеканка картофельная или рулет картофельный с мясом или субпродуктами
681. Макаронник с мясом или субпродуктами
682. Говядина в луковом соусе запеченная
683. Баранина или телятина, запеченная в молочном соусе
684. Солянка сборная на сковороде
685. Котлеты натуральные в соусе запеченные
686. Язык с картофелем в соусе запеченный
687. Мозги в молочном соусе запеченные
688. Почки с окороком, языком и грибами в соусе запеченные
689. Кабачки, баклажаны, перец или помидоры, фаршированные мясом и рисом
690. Голубцы с мясом и рисом

БЛЮДА ИЗ МЯСНЫХ И МЯСО-РАСТИТЕЛЬНЫХ КОНСЕРВОВ

691. Мясо отварное консервированное
692. Мясо тушеное консервированное
693. Мясо тушеное консервированное с соусом
694. Мясо с бобовыми консервированное
695. Картофельная запеканка с тушеным мясом консервированным
696. Солянка с консервированной тушеной говядиной или бараниной, или свининой

БЛЮДА ИЗ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ, ПЕРНАТОЙ ДИЧИ И КРОЛИКА

697. Птица, дичь или кролик отварные с гарниром
698. Птица или дичь под паровым соусом с грибами и рисом
699. Птица или дичь в соусе красном с эстрагоном
700. Котлеты натуральные из филе птицы или дичи под соусом паровым с грибами
701. Сациви из курицы или индейки (птица в ореховом соусе) (грузинское национальное блюдо)
702. Рагу из птицы, дичи, кролика или субпродуктов
703. Птица или кролик, тушенные в соусе
704. Дичь, тушенная в соусе
705. Плов из птицы, дичи или кролика (1-й вариант)
706. Плов из птицы, дичи или кролика (2-й вариант)
707. Дичь тушеная с рисом
708. Гусь, утка по-домашнему
709. Птица или кролик, тушенные в соусе с овощами

710. Птица, тушенная в соусе красном с эстрагоном
711. Чахохбили (грузинское национальное блюдо)
712. Птица илы кролик жареные
713. Гусь, утка фаршированные
714. Дичь жареная
715. Дичь жареная в соусе сметанном
716. Птица или кролик жареные с соусом томатным с грибами
717. Котлеты натуральные из филе птицы, дичи или кролика с гарниром
718. Котлеты из филе птицы, дичи или кролика, фаршированные соусом молочным с грибами
719. Котлеты из филе птицы или дичи, фаршированные печенью
720. Котлеты по-киевски
721. Котлеты из филе птицы или дичи панированные жареные
722. Птица, дичь или кролик по-столичному
723. Кролик на вертеле
724. Кролик по-любительски
725. Птица или кролик, жаренные во фритюре
726. Волован с птицей или дичью и грибами
727. Корзиночки с фаршем из птицы или дичи
728. Фриптурэ пофтоасэ (жаркое аппетитное) (молдавское национальное блюдо)
729. Цыплята табака (грузинское национальное блюдо)
730. Борани из цыплят с баклажанами (армянское национальное блюдо)
731. Товугын ашгабатда (курица по-ашхабадски) (туркменское национальное блюдо)
732. Котлеты рубленые из птицы, дичи или кролика с гарниром
733. Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с гарниром
734. Котлеты особые из кур или индеек
735. Биточки рубленые из птицы, дичи или кролика, фаршированные шампиньонами
736. Биточки рубленые из птицы, дичи или кролика паровые под белым соусом с рисом
737. Котлеты рубленые из кур, кролика, запеченные с соусом молочным
738. Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят
739. Зразы из кур, бройлеров-цыплят с омлетом и овощами
740. Суфле из кур или бройлеров-цыплят
741. Суфле из кур или бройлеров-цыплят с рисом
742. Кнели из кур, бройлеров-цыплят с рисом
743. Шейка индюшиная, гусиная или утиная фаршированная

ГАРНИРЫ

ГАРНИРЫ ДЛЯ ГОРЯЧИХ БЛЮД

Гарниры из круп, бобовых и макаронных изделий

744. Каша рассыпчатая
745. Каша рассыпчатая из концентрата
746. Каша вязкая
747. Рис отварной
748. Рис припущенный
749. Рис, припущенный с томатом
750. Бобовые отварные
751. Бобовые отварные с луком
752. Горох или фасоль отварные с томатом и луком
753. Макаронные изделия отварные
754. Макароны отварные с томатом
755. Макароны отварные с овощами
756. Макароны жареные (из отварных)

Гарниры из картофеля и овощей

757. Картофель отварной
758. Картофель в молоке
759. Пюре картофельное

760. Картофель жареный (из вареного)
761. Картофель жареный (из сырого)
762. Картофель, жаренный во фритюре
763. Картофель хрустящий (чипс)
764. Крокеты картофельные
765. Овощи отварные с жиром
766. Овощи, припущенные с жиром
767. Овощи в молочном соусе (1-й вариант)
768. Овощи в молочном соусе (2-й вариант)
769. Пюре из моркови или свеклы (1-й вариант)
770. Пюре из моркови или свеклы (2-й вариант)
771. Морковь, тушенная в сметанном соусе
772. Морковь, тушенная с черносливом или яблоками
773. Капуста тушеная
774. Капуста, тушенная с яблоками
775. Капуста жареная
776. Свекла тушеная
777. Свекла, тушенная в сметанном соусе
778. Кабачки или тыква, тушенные в сметане
779. Рагу овощное (1-й вариант)
780. Рагу овощное (2-й вариант)
781. Рагу овощное (3-й вариант)
782. Лук маринованный
783. Лук, жаренный во фритюре
784. Помидоры жареные
785. Тыква, кабачки, баклажаны жареные
786. Грибы в сметанном соусе
787. Яблоки печеные

Гарниры сложные

788-806 Варианты гарниров сложных (19 вариантов)

ГАРНИРЫ ДЛЯ ХОЛОДНЫХ БЛЮД

807-816 Гарниры из овощей (10 вариантов)
817-820 Гарниры из овощей к сельди и отварной рыбе (4 варианта)
821. Плоды или ягоды маринованные

СОУСЫ

СОУСЫ МЯСНЫЕ КРАСНЫЕ

822. Бульон коричневый
823. Бульон концентрированный (фюме)
824. Соус красный основной
825. Соус красный основной из соусной пасты
826. Соус красный с вином
827. Соус луковый
828. Соус красный с луком и огурцами
829. Соус луковый с горчицей
830. Соус красный с луком и грибами (охотничий)
831. Соус красный с грибами и помидорами
832. Соус красный с кореньями (для тушеного мяса)
833. Соус красный с кореньями (для тефтелей)
834. Соус красный с луком и грибами (для запекания рыбы, мяса и овощей)
835. Соус красный с эстрагоном
836. Соус перечный с уксусом
837. Соус красный перечный с вином

838. Соус красный смородиновый
839. Соус красный с мандаринами или апельсинами
840. Соус красный с ветчиной, каперсами и грибами
841. Соус красный кисло-сладкий

СОУСЫ БЕЛЫЕ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ

842. Бульон
843. Соус белый основной
844. Соус паровой
845. Соус белый с яйцом
846. Соус белый с овощами
847. Соус белый с каперсами
848. Соус томатный
849. Соус томатный с грибами
850. Соус томатный с грибами и овощами

СОУСЫ НА РЫБНОМ БУЛЬОНЕ

851. Бульон рыбный
852. Соус белый основной
853. Соус паровой
854. Соус белый (для запекания рыбы)
855. Соус–белое вино
856. Соус белый с рассолом
857. Соус томатный
858. Соус томатный с овощами

СОУСЫ МОЛОЧНЫЕ

859. Соус молочный (для подачи к блюду)
860. Соус молочный (сладкий)
861. Соус молочный (для запекания овощей, мяса и рыбы)
862. Соус молочный густой (для фарширования)

СОУСЫ СМЕТАННЫЕ

863. Соус сметанный
864. Соус сметанный с томатом
865. Соус сметанный с луком
866. Соус сметанный с томатом и луком
867. Соус сметанный с хреном

СОУСЫ ГРИБНЫЕ

868. Соус грибной
869. Соус грибной с томатом
870. Соус грибной кисло-сладкий

СОУСЫ ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЕ

871. Соус польский
872. Соус голландский (1-й вариант)
873. Соус голландский (2-й вариант)
874. Соус голландский с горчицей
875. Соус голландский с каперсами
876. Соус голландский со сливками
877. Соус яичный сладкий
878. Соус сухарный

СМЕСИ МАСЛЯНЫЕ

879. Масло зеленое, или килечное, или селедочное
880. Масло раковое, или сырное, или масло с горчицей

881. Паста желтковая
882. Паста сырная
883. Паста из брынзы

СОУСЫ ХОЛОДНЫЕ

884. Соус майонез
885. Соус майонез со сметаной
886. Соус майонез с желе (банкетный)
887. Соус майонез с корнишонами
888. Соус майонез с зеленью
889. Соус майонез с хреном
890. Соус майонез с томатом и луком
891. Соус хрен
892. Маринад овощной с томатом
893. Маринад овощной без томата
894. Маринад овощной со свеклой
895. Заправка для салатов
896. Заправка горчичная
897. Желе мясное или рыбное
898. Горчица столовая

СОУСЫ СЛАДКИЕ И СИРОПЫ

899. Соус шоколадный
900. Соус ореховый (миндальный)
901. Соус шоколадно-ореховый
902. Соус земляничный, или малиновый, или вишневый
903. Соус абрикосовый
904. Соус черносмородиновый
905. Соус коньячный
906. Соус клюквенный
907. Соус яблочный
908. Соус из экстракта ягодного
909. Сироп сахарный
910. Сироп кофейный
911. Сироп шоколадный

СЛАДКИЕ БЛЮДА

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ И БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫЕ

912. Плоды или ягоды свежие
913. Плоды или ягоды свежие с сахаром
914. Арбуз, дыня, ананас свежие
915. Апельсины, мандарины, ананасы с сахаром
916. Лимоны с сахаром
917. Плоды или ягоды быстрозамороженные с сиропом
918. Ягоды быстрозамороженные с сиропом
919. Малина или земляника с молоком, сметаной или сливками
920. Яблоки или груши со взбитыми сметаной или сливками с орехами
921. Бананы со сливками или молоком
922. Чернослив со сливками или сметаной взбитыми
923. Яблоки или груши с сиропом

КОМПОТЫ

924. Компот из свежих плодов
925. Компот из смеси свежих плодов и бахчевых
926. Компот из яблок и слив или из яблок и алычи
927. Компот из крыжовника и вишни или из крыжовника и смородины черной

928. Компот из земляники или малины
929. Компот из апельсинов или мандаринов
930. Компот из плодов консервированных
931. Компоты-ассорти (консервы)
932. Компот из плодов или ягод сушеных
933. Компот из смеси сухофруктов

КИСЕЛИ

934. Кисель из плодов или ягод свежих
935. Кисель из земляники, малины, ежевики
936. Кисель из яблок с клюквой или из яблок
937. Кисель из ревеня
938. Кисель из яблок сушеных с клюквой или из яблок сушеных
939. Кисель из кураги
940. Кисель из апельсинов или мандаринов
941. Кисель из плодов шиповника (витаминный)
942. Кисель из сока плодового или ягодного натурального
943. Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром
944. Кисель из сиропа плодового или ягодного натурального
945. Кисель из сока плодового или ягодного натурального и пюре плодового
946. Кисель из повидла, джема, варенья
947. Кисель из экстракта плодового или ягодного
948. Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах
949. Кисель из клюквы (густой)
950. Кисель из кураги (густой)
951. Кисель из яблок (густой)
952. Кисель молочный
953. Кисель молочный (густой)
954. Кисель белорусский

ЖЕЛЕ, МУССЫ, САМБУКИ

955. Желе из плодов или ягод свежих
956. Желе из лимонов, апельсинов, мандаринов
957. Желе со свежими плодами, ягодами и бахчевыми
958. Желе с плодами консервированными
959. Желе с плодами свежими и консервированными
960. Желе из экстракта плодового или ягодного или из сока плодового или ягодного натурального
961. Желе из сиропа плодового или ягодного
962. Желе из молока
963. Мусс клюквенный
964. Мусс земляничный
965. Мусс лимонный
966. Мусс апельсиновый или мандариновый
967. Мусс яблочный (на крупе манной)
968. Мусс плодово-ягодный (на крупе манной)
969. Самбук яблочный или сливовый
970. Самбук абрикосовый

КРЕМЫ И ВЗБИТЫЕ СЛИВКИ

971. Крем ванильный, шоколадный, кофейный
972. Крем ореховый
973. Крем ванильный из сметаны
974. Крем ягодный
975. Крем из цитрусовых

976. Крем из варенья
977. Крем из джема или конфитюра
978. Крем рисовый (латвийское национальное блюдо)
979. Сливки или сметана взбитые
980. Сливки взбитые с орехами, шоколадные, лимонные

СУФЛЕ, ПУДИНГИ, ГРЕНКИ И ДРУГИЕ СЛАДКИЕ БЛЮДА

981. Суфле ванильное, шоколадное, ореховое
982. Суфле плодовое или ягодное
983. Пудинг сухарный
984. Пудинг яблочный с орехами
985. Гренки с плодами и ягодами
986. Яблоки печеные
987. Яблоки печеные со сливками взбитыми
988. Яблоки по-киевски
989. Яблоки с рисом
990. Яблоки в тесте жареные
991. Яблоки в слойке
992. Шарлотка с яблоками
993. Корзиночки с яблоками
994. Корзиночки с ягодами
995. Корзиночки с плодами и ягодами консервированными

МОРОЖЕНОЕ

996. Мороженое ассорти с плодами консервированными
997. Мороженое с плодами или ягодами консервированными
998. Мороженое «Сюрприз»
999. Мороженое с вином
1000. Мороженое «Планета»
1001. Мороженое «Восток»
1002. Мороженое «Космос»
1003. Мороженое «Северное сияние»
1004. Мороженое «Пингвин»
1005. Мороженое «Айсберг»
1006. Мороженое «Москва»
1007. Мороженое «Спутник»

НАПИТКИ

ЧАЙ

1008. Чай-заварка
1009. Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом
1010. Чай с лимоном
1011. Чай с молоком или сливками
1012. Чай парами чайников
1013. Чай одним чайником

КОФЕ

1014. Кофе черный
1015. Кофе черный с лимоном и коньяком или ликером
1016. Кофе черный с молоком или сливками
1017. Кофе на молоке
1018. Кофе на молоке сгущенном
1019. Кофе на молоке по-варшавски
1020. Кофе из консервов «Кофе натуральный со сгущенным молоком и сахаром»
1021. Кофе по-восточному

1022. Кофе черный со взбитыми сливками по-венски
1023. Кофе черный с мороженым (гляссе)
1024. Кофейный напиток

КАКАО И ШОКОЛАД

1025. Какао с молоком
1026. Какао с молоком сгущенным
1027. Какао из консервов «Какао со сгущенным молоком и сахаром»
1028. Какао с мороженым
1029. Шоколад
1030. Шоколад со взбитыми сливками

МОЛОКО, КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

1031. Молоко кипяченое
1032. Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка

ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ С ВИНОМ

1033. Чай с красным вином
1034. Напиток «Плодовый»
1035. Напиток «Спортивный»
1036. Напиток «Застольный»

МОЛОЧНЫЕ И СЛИВОЧНЫЕ ПРОХЛАДИТЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

1037. Молочный прохладительный напиток с соком плодовым или ягодным
1038. Молочный прохладительный напиток с джемом
1039. Сливки с соком апельсиновым
1040. Сливки с ликером

ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЕ ПРОХЛАДИТЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

1041. Напиток апельсиновый или лимонный
1042. Напиток клюквенный
1043. Напиток яблочный
1044. Напиток из ревеня
1045. Напиток из варенья
1046. Напиток из сиропа
1047. Напиток из плодов шиповника
1048. Квас хлебный из экстракта
1049. Напиток «Петровский»

БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ КОКТЕЙЛИ

Коктейли сливочные

1050. Коктейль сливочно-шоколадный
1051. Коктейль сливочно-кофейный

Коктейли молочные

1052. Коктейль молочно-шоколадный
1053. Коктейль молочно-кофейный
1054. Коктейль молочно-плодовый
1055. Коктейль молочно-ягодный

Коктейли молочные с мороженым

1056. Коктейль молочно-шоколадный с мороженым
1057. Коктейль молочно-кофейный с мороженым
1058. Коктейль молочно-плодовый с мороженым
1059. Коктейль молочно-ягодный с мороженым

Коктейли десертные

1060. Плодовый коктейль с мороженым
1061. Коктейль апельсиновый с мускатным орехом
1062. Коктейль персиковый
1063. Коктейль кофейно-яблочный
1064. Коктейль «Мозаика»

КРЮШОНЫ

1065. Крюшон ананасный
1066. Крюшон клубничный

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

МУЧНЫЕ БЛЮДА

1067. Тесто для пельменей
1068. Пельмени «Московские» (полуфабрикат)
1069. Пельмени из говядины и свинины (полуфабрикат)
1070. Пельмени со свининой и свежей капустой (полуфабрикат)
1071. Пельмени мясные (полуфабрикат)
1072. Пельмени отварные
1073. Пельмени жареные
1074. Пельмени в омлете
1075. Пельмени, запеченные в сметане
1076. Манты с бараниной (казахское национальное блюдо)
1077. Бораки с говядиной (армянское национальное блюдо)
1078. Тесто для вареников
1079. Вареники с творожным, фруктовым или овощным фаршем
1080. Вареники из полуфабриката промышленного производства
1081. Блины
1082. Блинчики-полуфабрикат (оболочка)
1083. Блинчики с мясным, ливерным, творожным, яблочным фаршем, джемом, повидлом или вареньем
1084. Тесто для оладий
1085. Оладьи
1086. Оладьи с изюмом
1087. Оладьи с яблоками
1088. Оладьи с творогом

МУЧНЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

1089. Тесто дрожжевое и тесто дрожжевое сдобное
1090. Тесто слоеное пресное для мучных изделий
1091. Пирожки печеные из дрожжевого теста
1092. Пирожки жареные из дрожжевого теста
1093. Пирожки печеные из пресного слоеного теста
1094. Пирожки печеные из пресного сдобного теста
1095. Пончики
1096. Чебуреки
1097. Беляши (казахское национальное блюдо)
1098. Ватрушки
1099. Ватрушки венгерские

1100. Расстегаи с мясом или рыбой
1101. Расстегаи закусочные
1102. Расстегаи московские
1103. Кулебяки
1104. Колбасные, мясные изделия, запеченные в тесте

МУЧНЫЕ ГАРНИРЫ

1105. Клецки
1106. Лапша домашняя
1107. Гренки из пшеничного хлеба
1108. Гренки с сыром
1109. Гренки острые
1110. Гренки для горошка, овощных пюре и других блюд
1111. Вертута с брынзой (молдавское национальное блюдо)
1112. Профитроли
1113. Волованы
1114. Корзиночки (тарталетки) для закусок

ФАРШИ

1115. Фарш мясной с луком
1116. Фарш мясной с яйцом
1117. Фарш мясной с рисом
1118. Фарш мясной с рисом и яйцом
1119. Фарш ливерный (1-й вариант)
1120. Фарш ливерный (2-й вариант)
1121. Фарш ливерный с кашей
1122. Фарш рыбный
1123. Фарш рыбный с рисом
1124. Фарш рыбный с рисом и визигой
1125. Фарш картофельный с грибами или луком
1126. Фарш из свежей капусты
1127. Фарш из квашеной капусты
1128. Фарш морковный
1129. Фарш морковный с яйцом
1130. Фарш морковный с рисом
1131. Фарш из зеленого лука с яйцом
1132. Фарш грибной
1133. Фарш рисовый с яйцом
1134. Фарш рисовый с грибами
1135. Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников)
1136. Фарш творожный (для блинчиков)
1137. Фарш яблочный
1138. Фарш вишневый

СОДЕРЖАНИЕ

Введение 4

I. Холодные блюда 7
Бутерброды 7
Банкетные закуски 16
Гастрономические товары и консервы (порциями) 19
Салаты и винегреты 23
Блюда из овощей и грибов 46
Блюда из рыбы, рыбных гастрономических продуктов 51
Блюда из мяса и мясных гастрономических продуктов 59

II. Супы 69
Горячие супы 69
Борщи 75
Борщи из полуфабрикатов 83
Щи 84
Рассольники 88
Рассольники из полуфабрикатов 90
Супы картофельные, с овощами, крупой, бобовыми и макаронными изделиями 92
Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми 100
Супы из полуфабрикатов 105
Солянки 106
Супы молочные 110
Супы-пюре 114
Супы прозрачные 119
Гарниры, пирожки, гренки к бульонам 120
Холодные супы 127
Сладкие супы 134

III. Блюда из картофеля, овощей и грибов 139
Отварные картофель и овощи 139
Картофель, овощи и грибы припущенные и тушеные 145
Картофель, овощи и грибы жареные 152
Картофель, овощи и грибы запеченные 161

IV. Блюда из круп 179
Каши 179
Изделия из каш 186

V. Блюда из бобовых 193

VI. Блюда из макаронных изделий 198

VII. Блюда из яиц 202

VIII. Блюда из творога 215

IX. Блюда из рыбы, морепродуктов и раков 224
Рыба отварная 224
Рыба припущенная 227
Рыба тушеная 235
Рыба жареная 237
Рыба запеченная 245
Блюда из котлетной массы 252
Блюда из рыбных консервов 259
Блюда из морепродуктов 260
Блюда из раков 266

X. Блюда из мяса и мясных продуктов 268
Отварное мясо, субпродукты 268
Жареное мясо, субпродукты 274
Тушеное мясо, субпродукты 297
Блюда из рубленого мяса 311
Мясо запеченное 325
Блюда из мясных и мясо-растительных консервов 332

XI. Блюда из сельскохозяйственной птицы, пернатой дичи и кролика 337

XII. Гарниры 362
Гарниры для горячих блюд 362
Гарниры для холодных блюд 378

XIII. Соусы 383
Соусы мясные красные 384
Соусы белые на мясном бульоне 392
Соусы на бульоне рыбном 395
Соусы молочные 398
Соусы сметанные 399
Соусы грибные 401
Соусы яично-масляные 402
Смеси масляные 404
Соусы холодные 406
Соусы сладкие и сиропы 411
Соусы промышленного производства 414

XIV. Сладкие блюда 415
Плоды и ягоды свежие и быстрозамороженные 415
Компоты 419
Кисели 423
Желе, муссы, самбуки 430
Кремы и взбитые сливки 436
Суфле, пудинги, гренки и другие сладкие блюда 441
Мороженое 447

XV. Напитки 452
Чай 452
Кофе 454
Какао и шоколад 458
Молоко, кисломолочные продукты 460
Горячие напитки с вином 460
Прохладительные напитки 462
Безалкогольные коктейли 465
Крюшоны 467

XVI. Мучные изделия 468
Мучные блюда 469
Мучные кулинарные изделия 477
Мучные гарниры 486
Фарши 489

Приложения 496
Расчеты расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий 496
Мясо 496
Субпродукты, колбасные изделия и свинокопчености 516
Сельскохозяйственная птица 524
Пернатая дичь 535
Кролик 538
Рыба 540
Морепродукты 646
Картофель, овощи, грибы, плоды, ягоды, орехи 649
Гастрономические товары 658
Размеры потерь при тепловой обработке блюд и мучных изделий 668
Продолжительность тепловой обработки некоторых продуктов 670
Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд 677
Извлечение из Рекомендаций по формам и методам контроля и оценки качества блюд и кондитерских изделий 686
Перечень блюд и кулинарных изделий, помещенных в Сборнике 693

Сборник рецептур блюд и кулинарных изде-
С23 лий для предприятий общественного питания.– М.: Экономика, 1982.– 720 с.– (Министерство торговли СССР)

С $\frac{32102-084}{011(01)-82}$ заказ. 3504000000 ББК 36.99
6П8.9

СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

Зав. редакцией *А. В. Толмачева*
Редакторы *Н. А. Ваганова, В. М. Ковалев*
Худ. редактор *А. Н. Михайлов*
Техн. редакторы *М. М. Матвеева, Н. Ф. Сотникова*
Корректор *В. Н. Собенникова*
Оформление художника *Ю. Ф. Немчинова*

Сдано в набор 15.01.81. Подп. в печать 24.08.81.
Формат 70 × $100^1/_{16}$. Бумага кн.-журн. № 2
Гарнитура таймс. Офсетная печать. Усл. печ. л. 58,5/116,1 усл. кр. оттисков.
Уч.-изд. л. 77,02. Тираж 400 000 экз.
(3-ий завод 100 001 150 000 экз.). Зак. 65. Цена 4 р. 50 к. Изд. № 5051.
Издательство «Экономика», 121864 Москва, Г-59, Бережковская наб., 6.

Можайский полиграфкомбинат Союзполиграфпрома
при Государственном комитете СССР по делам издательств,
полиграфии и книжной торговли.
г. Можайск, ул. Мира, 93.